

令和2年度 2月 はいぜんたべかたひょう A北部

羽島市学校給食センター

◆ゴミは業者が回収します。

★数ものについて

- 10日(水) 鶏肉のから揚げ
幼・小2個、中・高3個
- 18日(木) ウインナー
幼・小1本、中・高2本
- 26日(金) シューマイ
幼・小2個、中・高3個



どうして節分に

豆まきをするのでしょうか？

豆まきは清めの行事です。昔は豆に霊力があると考えられていて、豆をまくと、鬼に見立てた災厄などを追いはらうとされていました。

みなさんも、節分には豆まきをして家族の健康などを願いましょう。



1日(月)

カラフルソテー
にこみハンバーグ
こめごはん
コーンスープ

赤ピーマンやさやいんげんなどの緑黄色野菜には、抗酸化作用のあるカロテンが、多く含まれています。

2日(火)

だいずふりかけ
きりぼしだいこんとツナのいため
いわしのフライ
しろごはん
けんちんじる

節分の日の献立です。節分の日に豆まきをすると、1年間病氣やけがをしないとされています。

3日(水)

さんしょくだんご
あおなのおかかあえ
さわらのさいきょうやき
むぎごはん
みそしる

今日は「春の始まり」を意味する立春です。魚へんに春と書き、旬を迎えるさわらを西京焼きにしました。

4日(木)

ドレッシング
はるさめ
サラダ
すぶた
むぎごはん
ちゅうかスープ

豚豚に使われているレバーには、鉄分やビタミンB1が豊富に含まれています。

5日(金)

フルーツあんじん
いかフライ
こがたパン
やきそば

冬季限定の焼きそば献立です。豚肉やキャベツを炒め、蒸しためんを入れて作ります。

8日(月)

やさいのソテー
かぼちゃグラタン
パインパン
ミネストローネ

ミネストローネは、イタリアの家庭料理です。ベーコンや季節の野菜、トマト、マカロニが入る具だくさんのスープです。

9日(火)

にくじゃが
かれいのたつたあげ
しろごはん
はくさいのみそしる

じゃがいもには、体の免疫力を高めるビタミンCが多く含まれているので「大地のりんご」と言われています。

10日(水)

ヨーグルト
くきわかめ
のきんぴら
★とりにくのからあげ
ひじきごはん

茎わかめなどの海藻類にはミネラルや食物繊維が含まれています。食感を楽しくて食べましょう。

11日(木)

けんこくきねん
建国記念の日

12日(金)

マヨネーズタイプ
はなやさい
サラダ
フライドポテト
ソフトめん
ミートソース

ブロッコリーやカリフラワーは、花のつぼみを食べることから花野菜と言われています。

15日(月)

チョコクリーム
ドレッシング
いろどり
サラダ
にくコロッケ
しょうパン
コンソメスープ

食パンに肉コロッケを挟んだり、チョコクリームをつけたりして、主食もしっかり食べましょう。

16日(火)

いよかんゼリー
ちくぜんに
さばのこみみやき
しろごはん
かきたまじる

筑前煮には、根菜が多く使われています。根菜には、お腹の調子を整える食物繊維が豊富に含まれています。

17日(水)

ひじきのいために
しのだに
むぎごはん
さわにわん

ひじきは、海藻類のなかでも、カルシウムや鉄分が豊富に含まれている食材です。

18日(木)

フルーツあえ
★ウインナー
むぎごはん
カレー

卒業生の希望料理を取り入れました。給食の思い出を振り返ってみましょう。

19日(金)

だいずあえ
あゆのかりんあげ
いっしょくようどん
みそうどんのしる

今日の食育の日の献立は、岐阜県のおいしい食材を紹介し、味わって食べましょう。

22日(月)

かじゅうガミ
キャベツのソテー
しろみぎかなフライ
コッペパン
かぶのシチュー

今日は、旬の白かぶをシチューに使いました。シチューのように濃厚なスープは、体を温めてくれます。

23日(火)

てんのう たんじょうび
天皇誕生日

24日(水)

はるか
やさいのマリネ
オムレツ
チキンライス

給食センターで作る炊き込みご飯は、チキンライスです。オムレツと一緒にオムライスのようにして食べましょう。

25日(木)

ドレッシング
だいこん
サラダ
ひだぎょう
どんのぐ
むぎごはん
すましる

岐阜県のブランド和牛「飛騨牛」を使った牛丼の具です。他にも岐阜県でとれる食材をたくさん使いました。

26日(金)

レアチーズ
れんこん
チップス
★シューマイ
とんこつラーメンスープ

卒業生の希望料理を取り入れました。人気のある献立ばかりです。しっかり食べましょう。