

# 令和5年度 2月 はいぜんたべかたひょう B南部 中学校

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

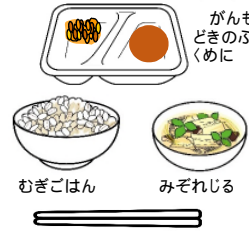
1日 がんもどきの含め煮  
幼稚園・小学校1個、中学校・高校2個

20日 野沢菜まんじゅう  
小2年まで1個、小3年以上2個

22日 パオズ  
小2年まで1個、小3年以上2個

1日(木)

どてに



みぞれ汁は、すりおろしたかぶをみぞれに見立てた季節の料理です。

2日(金)

ふくめ ぐきわかめのきんぴら



節分には豆をまき、いわしの頭を椀にさしてかざると、鬼がいやがってやっこないといわれています。

5日(月)



主食は、脳や体を動かすエネルギー源です。食パンをしっかり食べましょう。

6日(火)



スキーは明治時代に上越地方に伝えられました。それを記念してできたのがスキー汁です。

7日(水)



豚肉にはビタミンB1が含まれています。糖質からエネルギーを作り出す時に大切な働きをしています。

8日(木)



けんちん汁や煮物に使われている根菜類には、からだを温める効果があります。

9日(金)



いそにとは海藻を使った煮物のこと。今日は、茎わかめを使用しました。

12日(月)

振りかえきゅうりつ 振替休日



13日(火)



あんこうは水分が多く、脂質の少ないたんぱく源です。今日はから揚げにしました。

14日(水)



主食のごはんをしっかり食べても、今日から、中学3年生と義務教育学校9年生の希望メニューを出し入れしました。

15日(木)



今日から、中学3年生と義務教育学校9年生の希望メニューを出します。

16日(金)



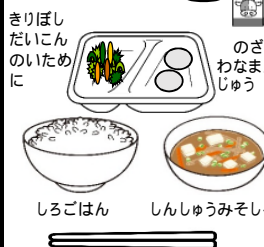
みなさんに人気のある焼きそばです。キャベツやたまねぎなどの野菜をたくさん使っています。

19日(月)



マリネは食材を酢などのつけ汁に漬ける料理法で、日本では酢のものといれます。

20日(火)



食育の日の献立です。今月は長野県の食材を使った料理を紹介し、野沢菜を使った料理を紹介します。

21日(水)



今日の果物は「はるか」です。色が黄色く、一見すばそうすが、さわやかな甘み特徴です。

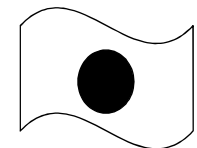
22日(木)



のりの佃煮は新鮮なりをしょうゆや砂糖などで甘辛く煮たものです。ごはんのお供にぴったりです。

23日(金)

天皇誕生日



26日(月)



ココアの素は、牛乳を少し飲んでから入れましょう。寒い時季ですが、牛乳をしっかり飲みましょう。

27日(火)



麻婆豆腐は中国 四川料理のひとつで、唐辛子の辛味が特徴です。

28日(水)



希望メニューの肉じゃがとみそ汁です。和食は健康的な食事として、世界から注目されています。

29日(木)



希望メニューのから揚げとひじきの煮物です。卒業後も自分の健康を考えた食事をとりましょう。

