

令和5年度 2月 はいぜんたべかたひょう 西部幼稚園

羽島市学校給食センター



1日(木)

どてに ★がんとどきのふくめに

むぎごはん みぞれじり

2日(金)

くきわかめのきん びら いわしのかばやきふう

いっしょくようどん はるのかうどんのしる

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。

せつぶん ますめ 節分には豆をまき、いわしの頭をひいらぎ きせつ りょうり おに 糎にさしてかざると、鬼がいやがつてやっこないといわれています。

5日(月)

チョコクリーム たらこポテト えびカツ

しょくパン ミントマトスープ

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)

みずなのびたし さわらのゆうあんやき

しろごはん スキーじり

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)

◆とうにゆうプリン ドレッシング

はるさめサラダ すぶた

ちゅうかふうたきこみごはん

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)

だいこんのもの さばのしょうがに

むぎごはん けんちんじり

けんちん汁や煮物に使われているこんにゃくには、からだを温める効果があります。

9日(金)

だいずのいそに くしフライ

ソフトめん やさいあんかけ

いそに かいそう つか にももの 磯煮とは海藻を使った煮物のことです。今日は、茎わかめを使用しました。

12日(月)

ふりかえきゆうじつ 振替休日

13日(火)

◆オレンジ こんにやくのいために あんこうのからあげ

しろごはん ごまキムチじり

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

14日(水)

◆ドレッシング だいこんサラダ

ぎゅうどんのぐ

むぎごはん ゆばいりすましじり

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ました。

15日(木)

カラフルソテー れんこんチップス

むぎごはん カレー

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)

フルーツポンチ ウィナー

こがたパン やきそば

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)

ふりかえ きゆうぎょうび 振替休業日

20日(火)

◆りんごヨーグルト きりぼしだいこんのいために ★のざわなまんじゅう

しろごはん しんしゅうみそじり

食育の日の献立です。今月は、長野のけん しんきい つか りょうり しょうかい 野島の食材を使った料理を紹介し、さわやかな甘みの特徴です。

21日(水)

◆はるか ドレッシング べにいもコロッケ

ごぼうサラダ

むぎごはん ひじきごはん

今日の果物は「はるか」です。皮のいろ きいろ いっけん の色が黄色く、一見すばそうですが、さわやかな甘み特徴です。

22日(木)

のりのつくだに かふういため ★パオズ

むぎごはん ワンタンスープ

のりの佃煮は新鮮なりをしよ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)

てんのう たんじょうび 天皇誕生日

26日(月)

ココアのもと ほうれそうのソテー オムレツ

コッパン コーンスープ

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)

◆ドレッシング おんやさい マーボー豆腐

しろごはん ちゅうかスープ

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)

◆はるか にくじゃが さけのおやき

むぎごはん みそじり

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)

◆はるか ひじきのもの からあげ

むぎごはん いなかじり

希望メニューのからあ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取りましょう。