

2月 よていこんだてひょう



食品群	体内でのはたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。 ※魚には小骨がある可能性がありますので、気をつけて食べましょう。

こ ん だ て	<p>かぜ よぼう 風邪の予防に！！</p> <p>せっけんでしっかりと手をあらい、せいけつなタオルなどでふく。</p> <p>フクフクうがい、ガラガラうがいをする。</p>	<p>2月1日(水)は名古屋グランパス応援献立だよ♪</p> <p>グランパスカラーのパーパーレッド・ノーブルレッドをアセロラで、スターオレンジをみかんやかぼちゃとにんじんが入ったゼリーでイメージしたフルーツポンチです。</p>	<p>1(水) グランパス応援献立</p> <p>🍷 グランパスカラー🍷 のアセロラポンチ</p> <p>チーズ ごはん タコライス</p>	<p>2(木)</p> <p>フーイリチー</p> <p>ごはん もずくのみそしる</p>	<p>3(金) 節分献立</p> <p>せつぶんまめ</p> <p>いわしのみそに</p> <p>ごはん とりにくととうがんのしる</p>
あか き みどり			<p>ぎゅうにゅう、ぶたにく、だいず、ぶたレバー、チーズ</p> <p>こめ、さとう、だいず油、カラフルボール(だんご)</p> <p>たまねぎ、にんじん、コーン、赤ピーマン、ピーマン、トマト、パイン、みかん、りんご、かぼちゃ、オレンジ、アセロラ</p>	<p>ぎゅうにゅう、ぶたにく、もずく、とうふ、みそ、ふ、ツナ、たまご</p> <p>こめ、だいず油</p> <p>だいこん、にんじん、ねぎ、もやし、キャベツ、にら</p> <p>南小1-2・1-5・1-6 2-1・4-5 ※使用食材には★をつけています</p>	<p>ぎゅうにゅう、とりにく、こんぶ、いわし、みそ、せつぶんまめ(だいず)</p> <p>こめ、さとう</p> <p>とうがん、にんじん、こまつな、しょうが</p>
こ ん だ て	<p>6(月)</p> <p>はっぼうさい</p> <p>ごはん はるさめスープ</p>	<p>7(火)</p> <p>チョコジャム(中学3年生以外)</p> <p>ミートボール</p> <p>コッペパン ♥きなこあげパン(中学3年生) クラム チャウダー</p>	<p>8(水)</p> <p>ヨーグルト</p> <p>ほうれんそういりオムレツ</p> <p>ごはん だいこんのうまに</p>	<p>9(木)</p> <p>げんまいぼう</p> <p>かぼちゃそぼろ</p> <p>ごはん とんじる</p>	<p>10(金)</p> <p>カップもずく</p> <p>ひじきごはん やさいかきあげ</p>
あか き みどり	<p>ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく、なると、うずらたまご</p> <p>こめ、はるさめ、だいず油、ごま油、さんおんとう、でんぶん</p> <p>しいたけ、こまつな、にんじん、たまねぎ、はくさい、きくらげ、ヤングコーン、きぬさや、しょうが、にんにく</p>	<p>ぎゅうにゅう、だっしふんにゅう、きなこ、あさり、無塩せきベーコン、白はなまめ、白いんげんまめ、とりにく、だいず</p> <p>こむぎこ、さとう、だいず油、さんおんとう、こくとう、アーモンド、じゃがいも、マーガリン、ラード</p> <p>たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、にんにく、しょうが</p>	<p>ぎゅうにゅう、ぶたにく、だいず、とうふ、こんぶ、たまご、だっしふんにゅう、ぜんふんにゅう</p> <p>こめ、でんぶん、さといも、さんおんとう、だいず油、さとう</p> <p>にんじん、しいたけ、だいこん、いんげん、ほうれんそう</p>	<p>ぎゅうにゅう、ぶたにく、みそ、とりにく、だいず</p> <p>こめ、だいず油、でんぶん ★うるちまい、★こくとう、★さんおんとう</p> <p>こめ、だいず油、こむぎこ 南小5-3・6-1 ※使用食材には★をつけています</p> <p>南小2-2・4-3・5-4・6-3 ※使用食材には★をつけています</p>	<p>ぎゅうにゅう、とりにく、ひじき、ちくわ、あぶらあげ、だいず、もずく</p> <p>こめ、だいず油、こむぎこ 南小5-3・6-1 ※使用食材には★をつけています</p> <p>南小2-2・4-3・5-4・6-3 ※使用食材には★をつけています</p>
こ ん だ て	<p>13(月)</p> <p>きんぴらごぼう</p> <p>ごはん わかめスープ</p>	<p>14(火) バレンタイン献立</p> <p>ハートのチョコプリン</p> <p>ハートのコロッケ</p> <p>みそラーメン(具)</p> <p>みそラーメン(めん) みそラーメン(しる)</p>	<p>15(水)</p> <p>さばのシークワサーたれかけ</p> <p>わかめごはん キャベツスープ</p>	<p>16(木) 琉球料理の日</p> <p>マーミナチャンプルー</p> <p>ごはん しまにんじんとぎゅうにくのしる</p>	<p>17(金)</p> <p>せつぶんまめ ヨーグルト</p> <p>ミートボールのすぶたふう</p> <p>ごはん とうふのみそしる</p>
あか き みどり	<p>ぎゅうにゅう、わかめ、ちくわ、とうふ、かまぼこ</p> <p>こめ、だいず油、ごま油、ごま、さんおんとう</p> <p>もやし、ねぎ、しょうが、ごぼう、にんじん、こんにゃく、ピーマン</p>	<p>ぎゅうにゅう、なると、わかめ、みそ、ぶたにく、とりにく、とうにゅう</p> <p>こむぎこ、ごま油、ごま、さんおんとう、じゃがいも、ラード、さとう、パン粉、でんぶん、だいず油</p> <p>しょうが、にんにく、にんじん、キャベツ、もやし、たまご</p> <p>南風原小 ※使用食材には★をつけています</p>	<p>ぎゅうにゅう、わかめ、とりにく、無塩せきウインナー、さば</p> <p>こめ、さとう、じゃがいも、でんぶん、さんおんとう、だいず油</p> <p>キャベツ、たまねぎ、にんじん、シークワサー</p>	<p>ぎゅうにゅう、ぎゅうにく、こんぶ、ぶたにく、ツナ、とうふ</p> <p>こめ、だいず油</p> <p>しまにんじん、だいこん、ねぎ、しょうが、もやし、こまつな、きくらげ、にんにく</p>	<p>ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、わかめ、みそ、とりにく、だいず、うずらたまご、★せつぶんまめ(だいず)、★だっしふんにゅう、★ぜんふんにゅう</p> <p>こめ、でんぶん、だいず油、さんおんとう、ごま油、★★さとう</p> <p>たまねぎ、こまつな、にんじん、ピーマン、たけのこ、トマト、シークワサー、しょうが</p>
こ ん だ て	<p>20(月) 毎月19日は、食育の日</p> <p>タマナーチャンプルー</p> <p>ごはん クーリジシ(たまごとじじる)</p>	<p>21(火) アセロラミルク</p> <p>はるまき</p> <p>ごはん マーボーとうふ</p>	<p>22(水)</p> <p>♥ミルク(ココア)</p> <p>ぎゅうにゅうにいれて、のんでね!</p> <p>コーングラタン</p> <p>ナポリタン(めん) ナポリタン(具)</p>	<p>23(木) 天皇誕生日</p> <p>2/15(水)のさばのシークワサーたれやき、2/17(金)ミートボールのすぶたふうには、沖縄ポッカの「沖縄県産シークワサー果汁100%」を使用予定です。沖縄ポッカコーポレーションから寄贈いただきました。「沖縄県産の食材を使用することで、子ども達への食育を推進してほしい」ということを目的に贈られたものです。シークワサーのさわやかな香りを感じてください。お楽しみに！！</p>	<p>24(金)</p> <p>ふわっとみかん</p> <p>キムたくごはん キャベツいりひらつくね</p>
あか き みどり	<p>ぎゅうにゅう、あぶらあげ、わかめ、たまご、ぶたにく、ツナ、とうふ</p> <p>こめ、でんぶん、だいず油</p> <p>しいたけ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、からしな、にんにく</p>	<p>ぎゅうにゅう、とうふ、ぶたにく、だいず、みそ、★とうにゅう</p> <p>こめ、だいず油、ごま油、さんおんとう、でんぶん、はるさめ、ラード、さとう、こむぎこ</p> <p>にんじん、たまねぎ、ながねぎ、しいたけ、にんにく、しょうが、キャベツ、★アセロラ、★りんご</p>	<p>ぎゅうにゅう、無塩せきベーコン、とりにく、おから、とうにゅう</p> <p>こむぎこ、だいず油、さんおんとう、じゃがいも、こめこ、さとう</p> <p>にんじん、たまねぎ、キャベツ、マッシュルーム、ピーマン、なす、トマト、にんにく、コーン</p>		<p>ぎゅうにゅう、とりにく、チキアギ、さば、いかエキス、こんぶ、とうにゅう、だいずこ</p> <p>こめ、おむぎ、だいず油、ごま油、ごま、ラード、でんぶん、さとう、もちこ</p> <p>にんにく、にんじん、たまねぎ、ねぎ、きくらげ、しいたけ、はくさい、りんご、にんにく、しょうが、だいこん、みかん、パプリカ、キャベツ、オレンジ</p>
こ ん だ て	<p>27(月)</p> <p>あつあげのいために</p> <p>ごはん さかなそうめんじる</p>	<p>28(火)</p> <p>にくじゃが</p> <p>ごはん ぎょうざスープ</p>	<p>にがてのもの 苦手な物でも ひとくち ちようせん まず一口から挑戦♪</p>	<p>♥おいしい給食リクエスト♥</p> <p>ちゅうがく ねんせい しょうがく ねんせい 中学3年生・小学6年生のクラス</p> <p>ぼしゅう から募集したリクエストを9月から よんさん えいようか くあ かんが 予算や栄養価、組み合わせを考え ながらできるだけ給食に出しています。 こんだてひょう 献立表には♥でお知らせします。</p> <p>どのクラスのリクエストかは、 きゅうしよくはん ほうさう 給食時間の放送で し お知らせします。</p>	<p>アレルギー物質を含む 食品の表示について</p> <p>料理別に食品を明記した献立表を準備しています。少し読みづらいですが必要な方は担任へ申し出て下さい。</p>