



		あかのなかま からだをつくる	みどりのなかま からだの調子をととのえる	きいろのなかま エネルギーのもとになる	その他調味料	主食	
3	月	チキン南蛮・三色ナムル・みそ汁・果物	鶏もも肉・わかめ・油揚げ・みそ	しょうが・ほうれん草・もやし・人参・しめじ・果物	片栗粉・油・砂糖・ごま油	しょうゆ・酒・酢・みりん・タルタルソース・だし汁	なめしごはん
4	火	麻婆豆腐・華風和え・中華スープ・果物	豆腐・豚ひき肉・みそ・ロースハム	しょうが・人参・干しいたけ・長ねぎ・ニラ・きゅうり・もやし・チンゲン菜・えのき・玉ねぎ・果物	片栗粉・ごま油・春雨・砂糖・ごま油・いりごま	しょうゆ・酒・酢・中華だし・塩	ごはん
5	水	ちゃんぽん麺・ふかし野菜・果物	豚肉・かまぼこ	玉ねぎ・もやし・キャベツ・人参・干しいたけ・小松菜・コーン・果物	油・ごま油・片栗粉・じゃがいも・さつまいも・マヨドレ	塩・中華だし・しょうゆ・酒	ちゃんぽん麺
6	木	クリームシチュー・サラダ・果物	鶏もも肉・牛乳・ロースハム	玉ねぎ・人参・ブロッコリー・キャベツ・きゅうり・果物	じゃがいも・油・砂糖・ごま油	ホワイトルウ・シチューミックス・しょうゆ	クロワッサン
7	金	サバの照り焼き・ほうれん草のツナマヨ和え・ワンタン汁・動物ゼリー	サバ・ツナ缶・豚ひき肉	ほうれん草・もやし・チンゲン菜・人参・コーン・長ねぎ・フルーツ果汁	マヨドレ・ワンタンの皮・ごま油・砂糖	しょうゆ・酒・みりん・中華だし・塩	きのこ入り五目ごはん
10	月	【代休日】 親子丼・三色おひたし・みそ汁・果物	鶏もも肉・鶏卵・巻葱・豆腐・わかめ・みそ	玉ねぎ・人参・グリーンピース・ほうれん草・もやし・コーン・果物	砂糖・油	しょうゆ・酒・塩・だし汁	ごはん
12	水	豚の生姜焼き・キャベツのおかか和え・なめこ汁・果物	豚肉・ちくわ・かつお節・油揚げ・みそ	しょうが・玉ねぎ・ピーマン・人参・キャベツ・きゅうり・なめこ・果物	油・つきこんにゃく	酒・しょうゆ・みりん・塩・だし汁	ごはん
13	木	【バレンタイン献立】 ハートのコロケ・ブロッコリーサラダ・かぶのスープ・イチゴムース	豚肉・鶏肉・ウインナー・豆乳・ゼラチン	ブロッコリー・人参・コーン・小松菜・かぶ・玉ねぎ	じゃがいも・油・パン粉・小麦粉・砂糖・マヨドレ	塩・コンソメ・ソース・いちご果汁	なめしごはん
14	金	赤魚の塩麹焼き・ハムサラダ・さつまいものみそ汁・果物	赤魚・塩麹・ロースハム・わかめ・厚揚げ・みそ	きゅうり・キャベツ・人参・果物	砂糖・ごま油・さつまいも	酢・しょうゆ・だし汁	ごはん
17	月	【年長・年中そり遊び】 千草焼き・ほうれん草のごま和え・みそ汁・果物	鶏卵・豚ひき肉・ひじき・豆腐・みそ	人参・干しいたけ・ほうれん草・コーン・しめじ・長ねぎ・果物	油・砂糖・すりごま	塩・しょうゆ・だし汁	なめしごはん
18	火	【本社弁当】 春巻き・鶏の照り焼き・ナチュラルポテト・おひたし・ゼリー	鶏もも肉・鶏肉・豚肉	ほうれん草・にんじん・たけのこ・もやし・玉ねぎ・キャベツ・フルーツ果汁	砂糖・春雨・小麦粉・油・じゃがいも	しょうゆ・塩	わかめごはん
19	水	【2月誕生会】 星のハンバーグ・唐揚げ・ツナサラダ・コーンスープ・ゼリー	ツナ缶・鶏肉・豚肉	ブロッコリー・人参・コーン・クリームコーン・玉ねぎ・しょうが・キャベツ・みかん缶・フルーツ果汁	油・砂糖・片栗粉・小麦粉・米粉・じゃがいも	ケチャップ・塩・酢・コンソメ・しょうゆ	わかめごはん
20	木	【お弁当DAYのため給食ありません】					
21	金	【食育の日】 鶏肉のマーマレード焼き・白菜のみみ漬け・新潟の冬野菜汁・果物	鶏もも肉・昆布・みそ・豆腐	しょうが・マーマレード・白菜・キャベツ・大根・長ねぎ・とう菜・果物		しょうゆ・酒・塩・だし汁	なめしごはん
25	火	サバのみそ煮・もやしの和え物・すまし汁・ティスニーチーズ	サバ・みそ・豆腐・巻葱・わかめ・チーズ	しょうが・もやし・コーン・ほうれん草	砂糖	みりん・しょうゆ・塩・だし汁	ごはん
26	水	五目うどん・カラフルサラダ・果物	鶏もも肉・油揚げ	小松菜・人参・えのき・長ねぎ・キャベツ・干しいたけ・きゅうり・果物	じゃがいも・さつまいも・マヨドレ	みりん・しょうゆ・塩・だし汁	うどん
27	木	豚肉の甘辛煮・ハム入りブロッコリーサラダ・コンソメスープ・果物	豚肉・ロースハム	長ねぎ・玉ねぎ・キャベツ・しょうが・ブロッコリー・人参・白菜・コーン・小松菜・果物	しらたき・油・いりごま・砂糖・ごま油	しょうゆ・みりん・塩・酢・コンソメ	ごはん
28	金	肉じゃが・白和え・みそ汁・果物	豚肉・豆腐・油揚げ・みそ	玉ねぎ・人参・絹さや・ほうれん草・えのき・もやし・果物	じゃがいも・しらたき・油・砂糖・すりごま	しょうゆ・みりん・塩・だし汁	わかめごはん

令和6年度

給食だより

❀2月2日は『節分』です❀

冬から春への季節の変わり目が立春ですが、その前日を季節の分けるといった意味で『節分』と呼んでいます。この時期は、季節の変わり目で不順な天候が続くため、病気になりやすく「体の中から邪気（病気）を追い払う」といった願いを込めて豆をまき、鬼を追い払って福の神を迎えます。



♡バレンタインの豆知識♡

●チョコを贈るのは日本だけ！？

日本ではバレンタインデーにチョコを贈るのが定番になっていますね。

これは日本独自の文化です！

海外ではチョコを贈るケースはあるようですが、花束やメッセージなどの贈り物を贈るようです。



●様々な渡し方

今の時代は多様化し、「友チョコ」「義理チョコ」「世話チョコ」「自分チョコ」などといった色々なチョコが登場しています。

給食ではハートの形をしたコロケとハート型のイチゴムースを提供させていただきます

食育の日 【新潟の冬野菜汁】 ～とう菜入り～

新潟の冬野菜汁の『とう菜』は、小松菜の1種で冬のビタミンの供給源として重要な野菜の1つです。

とう菜を味わいながら、春の訪れを感じましょう！



- * 献立内容を変更する場合があります。
- * 調味料のマヨネーズは、原材料に鶏卵のっていない製品を使用しています。
- * メニューを見てスプーンを持たせて頂いてもかまいません。