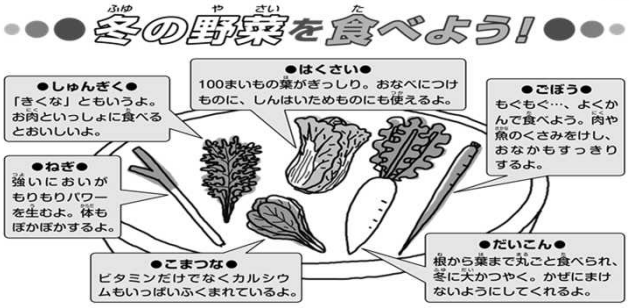
2がつ　こんだてひょう

舞鶴市立中筋小学校

平成30年1月31日

2月の給食目標　　**『後片付けをきちんとしよう！』**

- ★ お皿に食べ残しがないようにしましょう。
- ★ 牛乳パックをきれいに片付けましょう。
- ★ 時間を守って片付けましょう。



1日(木)	2日(金)
わかめごはん　ぎゅうにゅう イワシのカレーあげ さつまじる ふくまめ 	ココアあげパン ぎゅうにゅう フレンチサラダ たまごスープ
[地場産物の日] イワシ 節分献立です。 節分には、イワシを食べる風習があります。	[あげパンの日]　調理したパンは昭和30年代の終わり頃から給食でだされるようになりました。

5日(月)	6日(火)	7日 (水)	8日 (木)	9日 (金)
ごはん ぎゅうにゅう はくさいとにくだんごのスープ おから	きむたくごはん ぎゅうにゅう ちくわのいそべあげ はるさめスープ	みるくぱん ぎゅうにゅう ポトフ やさいチップス	むぎごはん ぎゅうにゅう マーボーとうふ ちゅうかサラダ	パン ぎゅうにゅう チリコンカン はくさいのこめこクリームスープ
おからはお腹の中のいらないものをそうじしてくれるはたらきがあります。	大人気だったきむたくごはんが2月にも登場です。 食感が楽しいごはんです。	[フランスの料理] ポトフはフランスの家庭料理のひとつで、日本のおでんのような料理です。	[中国の料理] 給食のマーボー豆腐はとても人気の献立です。	チリコンカンは欧米の料理です。 香りのよいスパイスをいれてコトコトにこんでいます。 パンにつけてもおいしいです。

12日(月)	13日(火)	14日 (水)	15日 (木)	16日 (金)
	だいずとひじきのごはん ぎゅうにゅう とりのてりやき じゃがいものみそしる	こくさんこむぎぱん ぎゅうにゅう ビーフシチュー だいこんサラダ	むぎごはん ぎゅうにゅう ブリとダイコンのあまからあえ ぽかぽかじる	こがたぱん　ぎゅうにゅう おやこうどん ごまあえ てづくりチョコクリーム
	ひじきにはミネラルがたっぷりです。 ごはんにぴったりなおかずと一緒に味わってたべてくださいね。	パンに相性ぴったりのシチュー。 さっぱりとしたダイコンサラダとこうごにたべてね！	[地場産物] ブリ 今日は、ブリとダイコンを揚げて甘辛いソースに絡めました。ごはんに合います。	14日がバレンタインだったのでチョコクリームを給食室でつくります。 豆乳、米粉、ココア、砂糖、バターで時間をかけて作ります。

19日 (月)	20日 (火)	21日 (水)	22日 (木)	23日 (金)
振替休日 (24日分) 	五目ごはん ぎゅうにゅう ニギスのいそべごまあげ かきたまじる	こくとうパン 牛乳 ミートスパゲティ コーンサラダ	ちゅうかどん ぎゅうにゅう きりぼしだいこんのキムチいため	ツナサンド ぎゅうにゅう はくさいスープ
	五目ごはんには5種類の食材がはいっています。鶏肉、しいたけ、ごぼう、にんじん、油揚げです。 探してみてね！	お肉を英語でミートといいます。 ひき肉が入っています。	シャキシャキの歯ごたえがおいしい切り干し大根にはカルシウムや食物繊維がたっぷりです。	パンをちぎってツナをつけてたべましょう！

24日 (土)	26日 (月)	27日(火)	28日 (水)
ポークカレー　ぎゅうにゅう まめまめサラダ ふくじんづけ	ごはん ぎゅうにゅう サバのみそに けんちゃん	チキンライス ぎゅうにゅう じゃがいものチーズに スーミータン	あじつけパン ぎゅうにゅう マカロニグラタン ミネストローネ
今月のカレーはぶた肉が入ったポークカレーです。ビタミンたっぷりのぶた肉を食べて元気にすごしましょう。	けんちゃんは宮城県の郷土料理です。けんちん汁がなまった言い方で「けんちゃん」になったそうです。	スーミータンはコーンクリームにふわふわのたまごが入ったやさしいあじわいのスープです。	今月のグラタンは、マカロニが入ったグラタンです。 スープとよく合う味付けになっています。