



<小学校>

Table with columns for Day (曜日), Meal Name (こんだてめい), Ingredients (おもにエネルギーとなる食品, おもにからだをつくる食品, おもにからだのちょうしをととのえる食品), and Energy/Nutrition (エネルギー(Kcal), たん白質(g), 脂肪(g), 塩分(g)). Rows include meals like ハンバーグ, なまあげとやさいのそぼろ, いわしのねぎソースかけ, etc.

※物資などの都合により、献立を変更することがあります。

～今月の給食について～

●行事食…… 3日(金)いわしのねぎソースかけ、福豆【節分】

節分には、いわしを食べたり、ひいらぎの枝に頭を刺したものを飾ったりして、邪気をはらうという習慣があります。

●郷土料理…… 24日(金)鯖の西京焼き【京都】

●新献立…… 3日(金)いわしのねぎソースかけ 22日(水)根菜カレー

学校給食で使用する食品の原材料については こちら ⇒



図書給食第3弾は「おとうふ百ちょうあぶらげ百まい」という物語とのコラボです。豆腐、油揚げ、みそはなじみの深い大豆製品です。また、みそ汁のみそは、大豆からできた発酵食品で、大豆に含まれる有効成分がさらにパワーアップされています。ごはんのみそ汁の組合せはお互いに足りない栄養を補い合う、とても理にかなった食べ方です。2月は大豆製品をたくさん使ったメニューが登場します。

