



2月きゅうしょくよていこんだてひょう 2022

さかしょうがっこう

日	献立名	おもなざいりょうとそのはたらき			エネルギー (kcal)
		おもにエネルギーのもとになる (きいろのなかま)	おもにからだをつくるのもとになる (あかのなかま)	おもにからだのちょうしをととのえるのもとになる (みどりのなかま)	
1 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		708
	ミートソース (ソフトめん)	こむぎこ			
	(ぐ)	バター・こむぎこ・あぶら	ぎゅうにく・だいず・だっしふんにゅう こなチーズ	ふるね・にんにく・たまねぎ・にんじん トマト・パセリ	
	フレンチサラダ	あぶら・さとう	ハム	きゅうり・キャベツ・コーン	
	メープルマフィン	こめこ・さとう・あぶら メープルシロップ	とうにゅう		
2 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		629
	キムチチャーハン(2年リクエスト)	こめ・むぎ・ごま・ごまあぶら	ぶたにく	はくさいキムチ・たまねぎ	
	ぎょうざ	あぶら・でんぷん・さとう・こむぎこ	ぶたにく	キャベツ・たまねぎ・にら・ふるね	
	ちゅうかいため	ごまあぶら		たけのこ・チンゲンサイ	
	おこげスープ	ごまあぶら・ごま・もちごめ・あぶら	ぶたにく・わかめ	にんじん・はくさい	
3 (木) 節分献立	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		608
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	いわしのみりんぼし		いわし		
	おひたし		かつおぶし	はくさい・ほうれんそう	
	みそしる		あぶらあげ・わかめ・みそ	だいこん・しめじ	
4 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		634
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	みしまじゃがとっと	じゃがいも・でんぷん・さとう あぶら	ぎょにくすりみ	こまつな	
	エリンギのぎゅうにくいため	あぶら	ぎゅうにく	ふるね・エリンギ・チンゲンサイ	
	ちゅうかコーンスープ	でんぷん	とうふ・たまご	たまねぎ・しいたけ・コーン・はねぎ	
7 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		621
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	いかリングフライ	あぶら・パンこ・こむぎこ・でんぷん	するめいか		
	からしあえ			ほうれんそう・はくさい	
	みそしる	さといも	わかめ・みそ	たまねぎ・はねぎ	
8 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		624
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	まめじゃが	じゃがいも・こんにゃく・さとう	ぶたにく・だいず	にんじん・たまねぎ・さやいんげん	
	みそしる		とうふ・わかめ・みそ	しめじ・はくさい・はねぎ	
	けんないさんだいずのなっとう		なっとう		
9 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		612
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	サイコロステーキ(6年リクエスト)	さとう	ぎゅうにく	にんにく・だいこん	
	ごまあえ	ごま・さとう		こまつな・はくさい	
	すましじる		とうふ・かまぼこ	にんじん・はねぎ	
10 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		653
	キャロットライス	こめ・むぎ・あぶら		にんじん	
	ビーンズグラタン	バター・こむぎこ・じゃがいも マカロニ・あぶら	しろいんげんまめ・ウインナー・チーズ だっしふんにゅう・ぎゅうにゅう	たまねぎ・コーン・マッシュルーム ほうれんそう	
	やさいスープ		ベーコン	たまねぎ・にんじん・キャベツ・パセリ	
	オニオンスープ		ベーコン	たまねぎ・にんじん・パセリ	
14 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		688
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	とりにくのプレザー	あぶら・さとう	とりにく	にんにく・ふるね・たまねぎ・しめじ トマトピューレ	
	やさいソテー	あぶら		キャベツ・ほうれんそう・コーン	
	おこめdeガトーショコラ	こめこ・さとう・あぶら ココアパウダー	とうにゅう		

☆お知らせ☆

- ・4日(金) 3年生は給食がありません。
- ・感染症対策のため、直接手を使って食べる果物は控えています。



節分

節分は、もともと立春、立夏、立秋、立冬の前日のことでしたが、今では立春の前日のことだけになりました。節分に、いり豆を年の数や年にひとつ足した数を食べると、1年を元気に過ごすことができるといわれています。豆まきや、柊の枝に焼いたいわしの頭をさした「やいかがし」には、鬼(病気や災い)を追いはらうという意味があります。



◎15日からの献立は裏面をご覧ください。

日	献立名	おもにエネルギーになる (きいろのなかま)	おもにからだをつくる (あかのなかま)	おもにからだのちょうしをととのえる (みどりのなかま)	エネルギー (kcal)
15 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		593
	ほたてごはん	こめ・むぎ	ほたて	にんじん・しいたけ・グリーンピース	
	しらすとおおさいりあつやきたまご	さとう・あぶら・でんぷん	たまご・しらす・おおさ		
	ごもくまめ	さとう	だいず・とりにく・こんぶ	ごぼう・にんじん	
	みそしる		とうふ・わかめ・みそ	たまねぎ・はねぎ	
16 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		645
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	ソースとんかつ	でんぷん・パンこ・さとう・ごまあぶら	ぶたにく・だいずこ	トマトピューレ	
	いそペポテト	じゃがいも	あおのり		
くたくさんじる	こんにゃく	とうふ・あぶらあげ・みそ	ごぼう・だいこん・にんじん・こまつな		
17 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		698
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	みそおでん	こんにゃく・さといも・さとう でんぷん	こんぶ・ちくわ・さつまあげ・みそ うすらのたまご	だいこん	
	カリフラワーサラダ	マヨネーズ	ツナ	カリフラワー・にんじん・コーン	
ミルクプリン	さとう	ぎゅうにゅう			
18 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		614
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	カレイのたつたあげ	こめこ・あぶら	カレイ	ふるね	
	こまつなのびたし	さとう		こまつな・にんじん・しめじ	
	みそしる	さつまいも	あぶらあげ・みそ	たまねぎ・はねぎ	
	のりのふりかけ	ごま・さとう	のり		
	いちごゼリー	さとう		いちご・いちごかじゅう	
21 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		678
	カレーピラフ	こめ・むぎ・あぶら	ウインナー	たまねぎ・にんじん・グリーンピース	
	ポテトサラダ(1・4年リクエスト)	じゃがいも・マヨネーズ	ハム	えだまめ・にんじん・きゅうり	
	にくだんごのスープ	ごま・でんぷん・さとう・パンこ	とりにく	にんじん・たまねぎ・こまつな	
くだもの			みかん		
静岡県産の食材をたくさん使用した「ふじっぴー給食」です					
22 (火) ふじっ ぴー給食	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		654
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	けんないさんさばのからあげ	でんぷん・あぶら	さば		
	けんないさんレタスの ソースいため	ごまあぶら・さとう	ぶたにく・なまあげ	レタス・エリンギ・にんじん・ふるね	
	わふうやさいスープ			だいこん・にんじん・はくさい・はねぎ	
	しずおかちゃプリン	さとう	とうにゅう	おちゃ	
24 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		601
	とりごぼうごはん	こめ・むぎ・あぶら	とりにく	ごぼう・にんじん・グリーンピース	
	やしししゃも		ししゃも		
	きりぼしだいこんのもの	あぶら・さとう	あぶらあげ・さつまあげ・こんぶ	きりぼしだいこん・にんじん・しいたけ さやいんげん	
わかめスープ	ごま	ぶたにく・わかめ	たまねぎ・たけのこ・にんじん		
25 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		629
	あげパン(4・5・6年リクエスト)	こむぎこ・ショートニング・さとう ココアパウダー・あぶら	だっしふんにゅう		
	ポトフ	じゃがいも	ウインナー	セロリ・にんじん・たまねぎ・キャベツ	
フルーツポンチ(2年リクエスト)	さとう・じょうしんこ・でんぷん		パイン・みかん・もも・メロン		
28 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		636
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	たらのカレーチーズ焼き		たら・こなチーズ		
	ぎゅうにくのきんぴら	ごま・あぶら・さとう	ぎゅうにく	ごぼう・さやいんげん・にんじん	
	みそしる	さつまいも	みそ	えのき・たまねぎ・はねぎ	
くだもの			ほんかん		

今月の給食は18回の予定です。仕入れの関係で献立を変更する場合があります。献立変更に伴い、アレルギー対応が必要となる児童には個別に連絡します。

ふじっぴー給食のお知らせ



2月23日は「ふじさんの日」です。前日の22日に、静岡県産の食材をたくさん使用した献立を提供します。静岡県の子どもたちに静岡県でとれる食べ物のよさを知ってもらうために「ふじっぴー給食」が出ます。(学校や調理場の都合で実施できない施設もあります。)

坂小学校では、静岡県産 さば・おちゃ 三島市産 レタス・だいこん・にんじん・白菜 葉ねぎ・ぶたにく・エリンギ を使用する予定です。

漁獲量 全国4位

のさばを唐揚げにして提供します!

