



2月こんだてよていひょう

北上小学校

ひ	ようび	しめしめ	こんだてめい	おもなざいりょうとそのはたらき			エネルギー (kcal) 食塩相当量 (g)
				<きいろのなかま> おもにエネルギーのもとになる食品	<あかのなかま> おもに体をつくるもとになる食品	<みどりのなかま> おもに体の調子を整えるもとになる食品	
2	月		むぎごはん	こめ むぎ			679 1.7
			ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
			トンクドウフ	こめ油 さとう ごま油 かたくりこ	ふたにく なまあげ	ふるね チンゲンサイ ほししいたけ	
			ワンタンスープ	ワンタンのかわ	ふたにく わかめ	にんじん はくさい はねぎ	
			ミックスかりんとう	さつまいも アーモンド こめ油 さとう ごま	だいず		
3	火		わかめごはん	こめ むぎ ごま	わかめ		641 2.8
			ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
			いわしのみりんぼし		いわし		
			おひたし			ほうれんそう はくさい	
			みそしる	じゃがいも	みそ	たまねぎ にんじん えのきだけ ねぶかねぎ	
4	水		ふくまめ	こくとう さとう こむぎこ あぶら	だいず	えんどうまめ	659 1.7
			むぎごはん	こめ むぎ			
			ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
			とうふのカレーに	こめ油 カレールウ ソース	ふたにく だいず とうふ	たまねぎ にんにく グリンピース	
			じゃがいものちゅうかさラダ くだもの	じゃがいも ごま油 さとう		にんじん きゅうり みかん	
5	木		むぎごはん	こめ むぎ			586 2.3
			ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
			さかなのナッツソースかけ	ピーナッツ ごま さとう	さけ	ふるね	
			おひたし		かつおけつりぶし	はくさい こまつな	
			わかめスープ ブルーベリーゼリー	ごま油 さとう	ベーコン わかめ かんてん	たまねぎ たけのこ ブルーベリー(かにく かじゅう)	
6	金		むぎごはん	こめ むぎ			671 1.7
			ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
			ビーフシチュー	バター こむぎこ こめ油 じゃがいも ケチャップ ソース	ぎゅうにく だっしふんにゅう こなチーズ	ふるね にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム トマト グリンピース	
			フレンチサラダ	こめ油 さとう		レタス キャベツ きゅうり コーン	
			9	月		むぎごはん	
ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう					
すぶた	こめ油 かたくりこ ごま油 じゃがいも さとう ケチャップ	ふたにく				たけのこ ほししいたけ たまねぎ ピーマン パイン	
ワンタンスープ くだもの	ワンタンのかわ ごま油 ごま	ベーコン わかめ				にんじん はくさい いら ネーブル	
10	火					カレーピラフ	こめ むぎ バター カレーこ
			ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
			じゃがいものたらこマヨネーズサラダ	じゃがいも マヨネーズ	たらこ	えだまめ コーン	
			いりどりチップス	こめ油		ごぼう れんこん にんじん	
			たまごスープ	かたくりこ	ベーコン たまご	たまねぎ ほうれんそう	
11	水	✳ 建国記念の日 ✳					
12	木		むぎごはん	こめ むぎ			539 2.2
			ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
			だいこんのそぼろに	さといも さとう かたくりこ	とりにく	だいこん さやいんげん	
			みそしる		なまあげ みそ	たまねぎ えのきだけ にんじん はねぎ	
			のりのつくだに くだもの	さとう	のり	でこぼん	
13	金		むぎごはん	こめ むぎ			651 2.9
			ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
			さばのこうみやき	ごま油 さとう ごま	さば	にんにく ふるね いら	
			ひじきのいために	こめ油 さとう	だいず あぶらあげ さつまあげ ひじき	いんげん	
			みそしる くだもの		とうふ みそ	たまねぎ こまつな いよかん	
16	月		むぎごはん	こめ むぎ			656 2.6
			ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
			チーズハンバーグ	こめ油 パンこふ さとうごま ケチャップソース トマトピューレ	とりにく ふたにく	たまねぎ マッシュルーム トマト	
			コーンポテト	じゃがいも バター		コーン	
			やさいスープ		ベーコン	たまねぎ はくさい ほうれんそう	

17日から27日は、裏面をみてください。

ひ	ひょうび	しゅめい	こんだてめい	おもなざいりょうとそのはたらき			エネルギー (kcal) 食塩相当量 (g)
				<きいろのなかま> おもにエネルギーのもとになる食品	<あかのなかま> おもに体をつくるもとになる食品	<みどりのなかま> おもに体の調子を整えるもとになる食品	
17	火		ツナごはん ぎゅうにゅう あげだしとうふのやさいあんかけ やさいあん みそしる くだもの	こめ むぎ かたくりこなたね油 こめ油 こめ油 さとう かたくりこ	まぐろ油漬 ぎゅうにゅう とうふ ポークハム わかめ みそ	ごぼう にんじん グリンピース えのきだけ いんげん こまつな みかん	636 2.9
18	水		ちゅうかめん ぎゅうにゅう チャンポンめん ぎょうざ ちゅうかいため	こむぎこ こめ油 かたくりこ こむぎこ パンこ さとう ごま油 かたくりこ ごま油 カシューナッツ	ぎゅうにゅう ふたにく ほたて えび かまぼこ ふたにく だいすたんぱく	ふるね にんにく たまねぎ きくらげ キャベツ キャベツ たまねぎ ふるね たけのこ チンゲンサイ	633 2.1
<p>☆ ふるさと給食の日 ☆ 毎月23日(休日の場合は前後の日)は、地場産物を、いつもより活用した給食にし、地元の食文化や伝統料理に親しむ日です！</p> <p>☆ 三島市民家族団らんの日 ☆ 夕食をみんなで囲んで、わいわい楽しく過ごしましょう！</p>							
19	木		むぎごはん ぎゅうにゅう みしまコロッケ こまつなのソテー みそしる くだもの	こめ むぎ さとう じゃがいも パンこ 小麦粉 こめ油	のり ぎゅうにゅう ふたにく だいす たまご 全粉乳 ベーコン	たまねぎ こまつな キャベツ コーン えのきだけ たまねぎ はねぎ りんご	617 2.1
20	金		むぎごはん ぎゅうにゅう さわらのてりやき ごまあえ みそしる くだもの	こめ むぎ ごま さとう	ぎゅうにゅう さわら とうふ あぶらあげ みそ わかめ	にんじん こまつな キャベツ ねぶかねぎ いよかん	593 2.1
23	月	☆ 富士山の日 ☆ 富士山について学び、考え、想いを寄せる日です。					
24	火		むぎごはん ぎゅうにゅう おやこどん (ぐ) ぐたくさんじる ミルクプリン	こめ むぎ さとう さといも こんにゃく さとう プリンのもと	ぎゅうにゅう とりにく たまご とうふ あぶらあげ みそ	にんじん しいたけ たまねぎ ねみつば ごぼう だいこん こまつな	639 2.1
25	水		こくとういりパン ぎゅうにゅう ポテトのトマトソースやき やさいソテー きのこスープ	こむぎこ ショートニング さとう 小麦粉 バター じゃがいも トマトソース こめ油	ぎゅうにゅう ベーコン チーズ まぐろ油漬 ベーコン まぐろ	たまねぎ にんじん にんにく ほうれんそう コーン にんじん たまねぎ ひらたけ えのきだけ パセリ	641 3.4
26	木		むぎごはん ぎゅうにゅう にこみおでん つけあわせ) うずらのたまご ツナのあえもの のりふりかけ	こめ むぎ さとう こんにゃく さといも さとう	ぎゅうにゅう こんぶ ちくわ さつまあげ うずらのたまご まぐろ油漬 のり	だいこん きゅうり キャベツ コーン	567 1.7
27	金		さつまいもごはん ぎゅうにゅう ししゃもフライ おひたし みそしる くだもの	こめ むぎ さつまいも 小麦粉 さとう	ぎゅうにゅう ししゃも かつおけつりぶし わかめ みそ	ほうれんそう はくさい にんじん たまねぎ ねぶかねぎ ネーブル	528 2.4

☀ お知らせ ☀

- ・ 今月の給食は18回の予定です！ よくかんで、いろいろたべて、かぜにつよいからだをつくりましょう！！
- ・ **給食費の2月分集金額の変更について**

4月にお知らせした学年の行事数が、4年生については変更になりました。これにより喫食回数が190回となるため、集金額が変わります。この調整を2月2日の引き落としの際に行いますので、ご承知おきください。各学年、次の通りになります。

1年生 : 4,820円 2, 3, 4年生 : 5,350円 5, 6年生 : 5,085円

このことにより、校納金の総額が変更になります。()内の金額は、第2子以降のお子さんです。

1年生 : 5,620円(5,220円) 2, 3, 4年生 : 6,150円(5,750円) 5, 6年生 : 5,885円(5,485円)