

# 給食カレンダー 2月



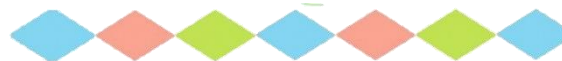
今月のめあて ・バランスのとれた食事をしよう

3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)
<p>ごはん かみかみふりかけ コロッケ 切干し大根の炒め煮 鶏白菜汁 牛乳</p>	<p>ごはん 魚の揚げ煮 五色和え かす汁 牛乳</p>	<p>ミルクロール フライドチキン キャベツのカレーソテー 冬野菜のクラムチャウダー 牛乳</p>	<p>わかめ麦ごはん おでん 大豆と彩り野菜のごまからめ 果物 (いちご) 牛乳</p> <p><b>かみかみメニューの日</b> </p>	<p>鶏肉と卵のそぼろごはん お事汁 ぜんざい 牛乳</p> <p>【針供養のこんだて】</p>
				<p>写真ありません☹</p>
<p>2月になりました。 2月4日は「立春」ですが、実際はまだまだ寒く、雪の降る日もあります。食事と睡眠をしっかりとって体調をととのえ、元気にすごしましょう 温かい鶏白菜汁は体がほかほか温まりましたね。</p>	<p>ぶりは成長に伴って名前が変わる出世魚です。こそくら→ふくらぎ→がんど→ぶりというふうに大きくなり、名前が変わっていきます。給食ではふくらぎやがんどを使うことが多いです。今日は久しぶりに「ぶり」を使いました。 身がふっくらしていて、しょうががきいたタレとの相性も抜群でした！</p>	<p>クラムチャウダーは、仕上げに石川県産の米粉でとろみをつけています。米粉は片栗粉のように水や牛乳で溶いて入れることができ、煮込むうちにやさしいとろみが出て便利です。地元の食材を生かすことができます。 冬野菜のかぶや里芋、大根、カリフラワーなどを入れました。</p>	<p>朝早くからたくさんの材料を切って、下ゆでして、コトコト煮込んだおでん。ほんの1時間ほどの煮込み時間ですが味がよくしみ込んでおいしくできあがりしました。果物は栃木県産「とちあいか」という品種のいちごでした🍓</p>	<p>毎年恒例の行事食、針供養の「ぜんざい」でした。何日も前から楽しみにしていた人がたくさんいて「ぜんざい楽しみ〜！」という声をたくさん聞きました。 当日、栄養教諭は出張で、食べている様子を見られなかったのが残念です🙄</p>



**感染対策、食事前の手洗いはしっかりと行いましょう！**

**清潔なハンカチを忘れずに準備してくださいね。**



# 給食カレンダー 2月

今月のめあて ・バランスのとれた食事をしよう



10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)
ハヤシライス えびフリッター ブロッコリーと アーモンドのサラダ 牛乳 <b>かみかみメニューの日</b> 	<b>建国記念の日</b>	ミルクロール ミートボールのグラタン 大根スープ デザート (ピーチゼリー) 牛乳	ごはん マーボー豆腐 加賀れんこんシューマイ バンサンスー 牛乳	ごはん すき焼き風煮 ししゃも天ぷら たくあん漬け 牛乳
				
学級閉鎖のクラスが出てきていま す。学校の中でも感染症が流行っ ていますので、手洗いやうがい、 換気など、1人1人がしっかり行 いましょう。 また、1日3食の食事や、十分な 睡眠も免疫力をつけ、元気に過ご すための基本です。		大きな釜で作ったグラタンの具を 約2,700個のカップに均等に分け ていきます。ミートボールがみん なに行き渡るように、今日は特に 丁寧な作業をこころがけました。 子どもたちはグラタンも、デザー トも、よろこんでいました。	給食の加賀れんこんシューマイ は、実は給食専用をお願いして作 ってもらっています。地元のおい しい加賀野菜の一つ、加賀れん こんを様々な料理で味わってらう ために、今年は3回給食で加賀れ んこんシューマイを食べました。 シャキシャキとした歯ごたえも感 じられます！	今回のししゃもはおなかに卵がし っかり入っていました。卵が好き な子、苦手な子、子どもたちの反 応はそれぞれでした。 小魚は骨までまるごと食べられる ので、カルシウムや無機質が多く 含まれています。

**感染対策、食事前の手洗いはしっかりと行いましょう！**



**清潔なハンカチも忘れずに準備してくださいね**





# 給食カレンダー 2月



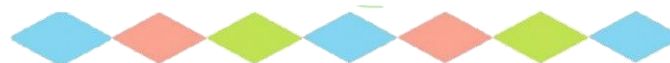
今月のめあて ・バランスのとれた食事をしよう

17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)
<p>ごはん 魚の香味ソース もやしの中華あえ 卵スープ 牛乳</p>	<p>カレーライス ハンバーグ フルーツヨーグルト 牛乳</p>	<p>ミルクロール ブルーベリージャム シュニツェル ザワークラウト アイントプフ 牛乳 【ドイツのこんだて】</p>	<p>ごはん ヤンニョムチキン 海藻サラダ 豆乳ごま坦々スープ 牛乳</p>	<p>ひじきごはん れんこんと鶏肉の炒め煮 ほうとう 果物(いよかん) 牛乳</p>
<p>卵スープには、いくつぐらいの卵を使っていると思いますか？ 正解は、約 820 個です (55kg) 820 個の卵を調理員さん 1 人で割る作業をしています。プロの技ですね✳</p>	<p>みんな大好きカレーライス！そしてデザートには、フルーツヨーグルトでした☆ 給食のカレーライスには手作りルーのほか、フルーツチャツネ、トマトピューレ、ウスターソース、仕上げにしょうゆ、砂糖も入っています。みなさんのおうちではどんなかくし味を入れますか？</p>	<p>今日は世界の料理味めぐり「ドイツの献立」でした。シュニツェルは、薄くのばした肉にパン粉をつけて揚げます。ザワークラウトはキャベツの酢漬け。1つの鍋で調理したという意味のアイントプフ、ドイツではりんごやベリーの栽培もさかんです。ドイツの味をいただきました☺</p>	<p>中華風の豆乳スープにすりごま、ねりごまなどを加えた「ごま坦々スープ」は子どもたちや先生方にも人気のメニューです。麺を入れたらおいしい担々麺になるだろうな～と思える美味しさです★★★</p>	<p>かぼちゃの入ったほうとうが人気でした。ほうとうは山梨県の郷土料理です。かぼちゃやいも類、季節の野菜、肉などを材料に、味噌仕立ての汁で煮込みます。小麦粉を練った平打ち麺はうどんとは違い、打ち粉がついたまま煮込むので、汁にとろみがつき、麺とよくからみます。</p>



**感染対策、食事前の手洗いはしっかりていねいに行いましょう！**

清潔なハンカチも忘れずに準備してくださいね。



# 給食カレンダー 2月



今月のめあて ・バランスのとれた食事をしよう

24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)
振替休日	豚肉どんぶり ごぼうの ごまドレッシング和え じゃがいものみそ汁 牛乳	ごはん さばの竜田揚げ ひじきのピリ辛炒め 芋団子汁 牛乳	ごはん 鶏肉の照り焼きソース ツナサラダ カレースープ煮 牛乳	ちらしずし 四方はべんの抹茶天ぷら 沢煮椀 ひなあられ  【ひなまつりのこんだて】
				
	雪が落ち着いてきましたが、まだまだ寒さがありますね。 今日の豚肉どんぶりおいしかったです！という声をたくさん聞きました。とても嬉しく、調理員さんたちにも伝えました。 生活目標のありがとうカードも、児童から給食室に届いています♡	20日、25日、26日と給食時間に給食員会の児童が作った、先生インタビューのクイズ動画をながしました。先生方の好きな給食や苦手な食べ物を知ることができましたね！ 2月の食育だよりも一部載せていますので、ご覧ください。	今日はごはんをお皿で出そうか、お茶碗にしようか悩み、お皿で出しました。ごはんをスプーンによそって、スープカレーを食べるみたい、上手にカレースープ煮にひたして食べている子どもたちがたくさんいました。 照り焼きソースもごはんがよくすすむ味でした！	3月3日は桃の節句、ひなまつりです。少し早いですが、ひなまつりの行事食を食べました。ちらしずしには色々な具材を混ぜて「食べものに困らず暮らせよう」というねがいをこめました。今年のひなまつりは来週月曜日！おうちでもお祝いしてくださいね。

**感染対策、食事前の手洗いはしっかりと行いましょう！**

**清潔なハンカチも忘れずに準備してくださいね。**

