

2月スクールランチ



町田小学校
No. 10

立春を過ぎると、暦の上では「春」ですが、一年で一番寒い時期です。かぜやインフルエンザが今年も流行しています。新型コロナウイルスの感染対策を含めて、外に帰ったらすぐに「手洗い」をしましょう。バランスのよい食事と水分をとるなどの予防対策をしっかりと行い、厳しい寒さを乗り切りましょう。

今月の小田原育ち

こまつな だいこん さば
うめぼし もやし はねぎ

給食費は公会計化となっております。納期限は原則、翌月末になります。2月分の納期限は3月31日です。
口座振替の方は、納期限が振替日となり



(ようび) エネルギー たんぱく質 しほう えんぶん (3.4ねんせいの えいようか)	こ ん だ て	お も な ざ い り ょ う		
		あ か	き	み ど り
		からだをつくるもの	ちからのもとになる もの	からだのちょうしをと とのえるもの
3 (月) 653 kcal 29.2 g 17.7 g 2.5 g	ぎゅうにゅう カレーうどん にくまん	ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし にくまん	ゆでめん サラダゆ カレールウ	にんじん たまねぎ こまつな ながねぎ
4 (火) 602 kcal 26.1 g 18.5 g 1.6 g	ぎゅうにゅう ごはん てまきのり セルフえほうまき けんちんじる ちょっとおくれたせつぶんこんだて	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とうふ かつおぶし あぶらあげ	ごはん さとう ごまあぶら ごま じゃがいも	にんじん だいこん もやし はねぎ こまつな のり ごぼう こんにゃく
5 (水) 611 kcal 29.9 g 22.5 g 2.2 g	ぎゅうにゅう ソフトフランス しろみざかなのフライ じゃことキャベツのパスタ	ぎゅうにゅう メルルーサ ベーコン ちりめんじゃこ ツナ	ソフトフランスパン サラダゆ パンこ こむぎこ スパゲティ	ながねぎ たまねぎ キャベツ
6 (木) 614 kcal 24.1 g 17.4 g 1.8 g	ぎゅうにゅう スタミナどん はるさめスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく がらスープ みそ	ごはん サラダゆ さとう ごま	にんにく きゃべつ しょうが りんご にんじん もやし たまねぎ こまつな ピーマン
7 (金) 661 kcal 24.8 g 21.4 g 1.5 g	ぎゅうにゅう ごはん とりにくとさつまいものかくに きんぴらごぼう	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく こおりとうふ	ごはん サラダゆ さとう さつまいも	しょうが ごぼう つきこんにゃく にんじん ピーマン
10 (月) 628 kcal 25.3 g 21.7 g 2.1 g	ぎゅうにゅう あんかけラーメン あげはるまき	ぎゅうにゅう ぶたにく はるまき がらスープ なると	ホットラーメン サラダゆ でんぶん	しょうが にんじん たまねぎ もやし はくさい
12 (水) 698 kcal 27.7 g 30.9 g 2.5 g	ぎゅうにゅう ロールパン チョコソース ハートハンバーグ ボイルキャベツ さつまいもシチュー 6-1Aはんのバレンタインこんだて	ぎゅうにゅう ハンバーグ ぶたにく がらスープ だっしふんにゅう	ロールパン サラダゆ じゃがいも さつまいも チョコソース	にんじん たまねぎ コーン きゃべつ
13 (木) 594 kcal 26.6 g 17.3 g 1.8 g	ぎゅうにゅう ごもくごはん さといものみそしる	ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし あぶらあげ みそ	ごはん サラダゆ さとう さといも	にんじん しいたけ たまねぎ はねぎ わかめ



あさ 朝ごはん、さむ 寒さに負けない、ま 体に、からだ 体つくりを！

14 (金) 622 kcal 27.3 g 20.4 g 1.5 g	ぎゅうにゅう ごはん さばのしおやき じゃがいものそぼろに おだわらさんサバこんだて	ぎゅうにゅう サバ ぶたにく	ごはん サラダゆ じゃがいも	にんじん たまねぎ えだまめ
17 (月) 657 kcal 32.9 g 22.3 g 2.3 g	ぎゅうにゅう きのこうどん こおりどうふのこはくあげ	ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし あぶらあげ こおりどうふ	ソフトめん サラダゆ でんぷん	しいたけ はねぎ にんじん ながねぎ たまねぎ えのきたけ しめじ
18 (火) 640 kcal 26.2 g 18.5 g 2.2 g	ぎゅうにゅう ちゅうかどん だいこんのごもくいため ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく なると がらスープ ヨーグルト	ごはん サラダゆ でんぷん	しょうが だいこん にんじん こまつな たまねぎ きゃべつ つきこんにゃく
19 (水) 632 kcal 26.6 g 26.4 g 1.9 g	ぎゅうにゅう ココアトースト ペンネのクリームに	ぎゅうにゅう とりにく だっしふんにゅう チーズ だいず がらスープ	しょくパン マーガリン さとう ココア マカロニ	たまねぎ にんじん しめじ いんげん
20 (木) 612 kcal 25.8 g 20.5 g 1.2 g	ぎゅうにゅう こぎつねごはん じゃがいものみそしる	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ あぶらあげ かつおぶし とうふ	ごはん さとう じゃがいも	しょうが だいこん いんげん にんじん もやし はねぎ
21 (金) 604 kcal 27.4 g 18.5 g 3.1 g	ぎゅうにゅう ごはん マーボーどうふ わかめスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とりにく がらスープ なると	ごはん サラダゆ さとう	しょうが わかめ にんにく はねぎ にんじん たまねぎ えだまめ
25 (火) 615 kcal 23.2 g 16.2 g 2.5 g	ぎゅうにゅう ごはん はくさいのはるさめに つみれじる	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ だいず かつおぶし チキンボール	ごはん サラダゆ さといも	しょうが しいたけ にんにく だいこん にんじん ながねぎ たまねぎ はくさい
26 (水) 626 kcal 30.7 g 27.5 g 2.5 g	ぎゅうにゅう チーズパン とりにくのブロバンスふう コーンクリームスープ	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく がらスープ だっしふんにゅう	チーズパン サラダゆ こむぎこ じゃがいも	にんにく こまつな セロリ たまねぎ にんじん コーン
27 (木) 630 kcal 22.5 g 21.0 g 1.9 g	ぎゅうにゅう ごはん なまあげのカレーに あおなのソテー	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ	ごはん サラダゆ じゃがいも	しょうが もやし にんにく こまつな たまねぎ にんじん コーン
28 (金) 640 kcal 24.4 g 20.1 g 1.1 g	ぎゅうにゅう ごはん とりにくのうめソースが きゃべつとウインナーいため しょうなんゴールドゼリー おだわらうめぼしこんだて	ぎゅうにゅう とりにく ウインナー	ごはん サラダゆ でんぷん ゼリー	うめぼし にんじん もやし きゃべつ こまつな

節分

冬から春へ



節分とは、字のとおり、季節の変わり目のことです。本来は、立春・立夏・立秋・立冬と四季それぞれの前日を節分といいます。現在では、立春の前日が「節分」として、その風習が伝承されるようになりました。今年の「節分」はいつもより1日早い、2月2日です。今年の恵方は、西南西の少し右側です。

【教育委員会からのお知らせ】

このたび、2月の給食献立より「給食献立情報発信支援サービス『給食ナビ』」の配信を開始いたします。1月中旬にダウンロード等ご準備くださるよう、お願いいたします。

同サービスの概要や利用方法は、さくら連絡網でお知らせ済みです。

