








日・曜	こんだて		つかわれているしょくひんとおもなはたらき				調味料	献立のお知らせ
	*ぎゅうにゅうはまいにちつきます。 （「あかのたべもの」です。）		あかのたべもの	みどりのたべもの	きいろのたべもの			
			おもにからだをつくる もとになるもの	おもにからだのちょうしを ととのえるもの	おもにエネルギーの もとになるもの			
16月	チャーハン	ハム		にんじん ねぎ      たまねぎ	こめ むぎ      なたねあぶら	中華スープ 醤油 塩	<div>世界の料理</div> <div>2月は「フランス」</div> <div></div> <div>「フランスパン」</div> <div>小麦粉と水、塩とイーストだけで作られるフランス発祥のかたいパン全般の呼び名です。</div> <div>給食では、食べやすい様に柔らかく目に焼いています。</div> <div></div> <div>「ポトフ」</div> <div>ポトフは、大きく切った野菜や肉を煮込んだフランスの家庭料理です。給食では、ソーセージと野菜を煮込んでいます。</div> <div>「クレープ」</div> <div>フランスの北西部ブルターニュ地方で生まれました。名前の由来は、薄く焼いた生地が布地のクレープ（ちりめん）に、似ていることから、そうよばれるようになりました。給食では、豆乳と米粉を使用し、甘酸っぱい莓ソースをつつんだクレープが登場します。</div> <div></div>	
	はるさめスープ	とりにく かまぼこ		にんじん ねぎ      きくらげ キャベツ	はるさめ	野菜ブイヨン 醤油 塩 こしょう		
	しろみざかなフライ	ホキ			パンこ こむぎこ      なたねあぶら	塩		
	いもけんぴいりこざかな	いわし			さつまいも      しょくぶつゆ	塩		
17火	しろごはん				こめ		<div>「フランスパン」</div> <div>小麦粉と水、塩とイーストだけで作られるフランス発祥のかたいパン全般の呼び名です。</div> <div>給食では、食べやすい様に柔らかく目に焼いています。</div> <div></div> <div>「ポトフ」</div> <div>ポトフは、大きく切った野菜や肉を煮込んだフランスの家庭料理です。給食では、ソーセージと野菜を煮込んでいます。</div> <div>「クレープ」</div> <div>フランスの北西部ブルターニュ地方で生まれました。名前の由来は、薄く焼いた生地が布地のクレープ（ちりめん）に、似ていることから、そうよばれるようになりました。給食では、豆乳と米粉を使用し、甘酸っぱい莓ソースをつつんだクレープが登場します。</div> <div></div>	
	ワンタンスープ	ぶたにく だいず		にんじん ねぎ      たまねぎ キャベツ      しいたけ      しょうが	こむぎこ さとう      なたねあぶら      ラード	醤油 中華スープ チキンブイヨン オイスターソース 酒 塩 こしょう		
	えびのチリソース	えび      だいず			にんにくしょうが      たまねぎ	さとう      パンこ      でんぷん      なたねあぶら		野菜ブイヨン 塩 豆板醤 魚醤 トマトケチャップ
	ライチゼリー					ゼリー		
18水	よこわりまるパン スライスチーズ		チーズ		パン		<div>「フランスパン」</div> <div>小麦粉と水、塩とイーストだけで作られるフランス発祥のかたいパン全般の呼び名です。</div> <div>給食では、食べやすい様に柔らかく目に焼いています。</div> <div></div> <div>「ポトフ」</div> <div>ポトフは、大きく切った野菜や肉を煮込んだフランスの家庭料理です。給食では、ソーセージと野菜を煮込んでいます。</div> <div>「クレープ」</div> <div>フランスの北西部ブルターニュ地方で生まれました。名前の由来は、薄く焼いた生地が布地のクレープ（ちりめん）に、似ていることから、そうよばれるようになりました。給食では、豆乳と米粉を使用し、甘酸っぱい莓ソースをつつんだクレープが登場します。</div> <div></div>	
	さつまいもときのかスープ	ベーコン		こまつな      たまねぎ しめじ	さつまいも      なたねあぶら	野菜ブイヨン 醤油 塩 こしょう		
	チキンてりやきパティ	とりにく      だいず			たまねぎ      しょうが      にんにく      りんご	パンこ      さとう      コーンスターチ		醤油 塩 酒      パブリカ      こしょう      オールスパイス
	マカロニサラダ	ツナ			キャベツ      コーン	マカロニ      なたねあぶら      ノンエッグマヨネーズ		塩 こしょう      マリネドレッシング
19木	しろごはん				こめ		<div>「フランスパン」</div> <div>小麦粉と水、塩とイーストだけで作られるフランス発祥のかたいパン全般の呼び名です。</div> <div>給食では、食べやすい様に柔らかく目に焼いています。</div> <div></div> <div>「ポトフ」</div> <div>ポトフは、大きく切った野菜や肉を煮込んだフランスの家庭料理です。給食では、ソーセージと野菜を煮込んでいます。</div> <div>「クレープ」</div> <div>フランスの北西部ブルターニュ地方で生まれました。名前の由来は、薄く焼いた生地が布地のクレープ（ちりめん）に、似ていることから、そうよばれるようになりました。給食では、豆乳と米粉を使用し、甘酸っぱい莓ソースをつつんだクレープが登場します。</div> <div></div>	
	さつまじる	とりにく      とうふ      こめみそ		にんじん ねぎ      ごぼう      こんにゃく	さつまいも	いりこ		
	あじフライ	あじ				パンこ      こむぎこ      なたねあぶら		塩
	ブロッコリーのごまずあえ			ブロッコリー		さとう      ごま		酢 醤油 塩
20金	むぎごはん				こめ むぎ		<div>「フランスパン」</div> <div>小麦粉と水、塩とイーストだけで作られるフランス発祥のかたいパン全般の呼び名です。</div> <div>給食では、食べやすい様に柔らかく目に焼いています。</div> <div></div> <div>「ポトフ」</div> <div>ポトフは、大きく切った野菜や肉を煮込んだフランスの家庭料理です。給食では、ソーセージと野菜を煮込んでいます。</div> <div>「クレープ」</div> <div>フランスの北西部ブルターニュ地方で生まれました。名前の由来は、薄く焼いた生地が布地のクレープ（ちりめん）に、似ていることから、そうよばれるようになりました。給食では、豆乳と米粉を使用し、甘酸っぱい莓ソースをつつんだクレープが登場します。</div> <div></div>	
	マーボーどうふ	ぶたにく      とうふ      あかみそ		にんじん ねぎ      しょうが      にんにく      たまねぎ	さとう      でんぷん      なたねあぶら      ごまあぶら	酒 醤油 豆板醤		
	はるまき	ぶたにく		にんじん      たまねぎ      キャベツ      しょうが      しいたけ	こむぎこ      こめこ      はるさめ      なたねあぶら      ラード	醤油 塩 こしょう		
	ちゅうかあえ			にんじん      こまつな	はるさめ      さとう      ごま      ごまあぶら	醤油 酢		
24火	ソフトフランスパン				パン		<div>「フランスパン」</div> <div>小麦粉と水、塩とイーストだけで作られるフランス発祥のかたいパン全般の呼び名です。</div> <div>給食では、食べやすい様に柔らかく目に焼いています。</div> <div></div> <div>「ポトフ」</div> <div>ポトフは、大きく切った野菜や肉を煮込んだフランスの家庭料理です。給食では、ソーセージと野菜を煮込んでいます。</div> <div>「クレープ」</div> <div>フランスの北西部ブルターニュ地方で生まれました。名前の由来は、薄く焼いた生地が布地のクレープ（ちりめん）に、似ていることから、そうよばれるようになりました。給食では、豆乳と米粉を使用し、甘酸っぱい莓ソースをつつんだクレープが登場します。</div> <div></div>	
	チキンポトフ	とりにく		にんじん      ブロッコリー      だいこん      たまねぎ	じゃがいも	塩 こしょう 醤油      コンソメ      ワイン      野菜ブイヨン		
	ミートオムレツ	たまご      だいず      ぎゅうにく      ぶたにく		にんじん      ほうれんそう      たまねぎ	でんぷん      さとう      しょくぶつゆ	醤油 塩      いりこ		
	キャベツとベーコンのソテー	ベーコン		にんじん      キャベツ		なたねあぶら		醤油 塩 こしょう
25水	クレープ				クレープ		<div>「フランスパン」</div> <div>小麦粉と水、塩とイーストだけで作られるフランス発祥のかたいパン全般の呼び名です。</div> <div>給食では、食べやすい様に柔らかく目に焼いています。</div> <div></div> <div>「ポトフ」</div> <div>ポトフは、大きく切った野菜や肉を煮込んだフランスの家庭料理です。給食では、ソーセージと野菜を煮込んでいます。</div> <div>「クレープ」</div> <div>フランスの北西部ブルターニュ地方で生まれました。名前の由来は、薄く焼いた生地が布地のクレープ（ちりめん）に、似ていることから、そうよばれるようになりました。給食では、豆乳と米粉を使用し、甘酸っぱい莓ソースをつつんだクレープが登場します。</div> <div></div>	
	キムチごはん	ぶたにく		にんじん      しょうが      はくさい      キムチ	こめ むぎ      さとう      なたねあぶら      ごま      ごまあぶら	酒 塩 醤油		
	かきたまじる	たまご      かまぼこ		ねぎ      えのきたけ	でんぷん	だし昆布 醤油      かつお節      塩		
	ショーロンポー	ぶたにく      とりにく			たまねぎ      キャベツ      たけのこ      しょうが	こむぎこ      はるさめ      さとう      ラード      ごまあぶら		酒 醤油 塩      オイスターソース      こしょう
26木	やめちゃんス				ムース		<div>「フランスパン」</div> <div>小麦粉と水、塩とイーストだけで作られるフランス発祥のかたいパン全般の呼び名です。</div> <div>給食では、食べやすい様に柔らかく目に焼いています。</div> <div></div> <div>「ポトフ」</div> <div>ポトフは、大きく切った野菜や肉を煮込んだフランスの家庭料理です。給食では、ソーセージと野菜を煮込んでいます。</div> <div>「クレープ」</div> <div>フランスの北西部ブルターニュ地方で生まれました。名前の由来は、薄く焼いた生地が布地のクレープ（ちりめん）に、似ていることから、そうよばれるようになりました。給食では、豆乳と米粉を使用し、甘酸っぱい莓ソースをつつんだクレープが登場します。</div> <div></div>	
	しろごはん(すくなめ)				こめ			
	きつねうどん【うどん】	とりにく		ねぎ      たまねぎ	うどん	だし昆布 醤油      かつお節      塩		
	【あぶらあげのあまからに】	あぶらあげ			さとう	みりん 醤油		
27金	だいこんサラダ	ハム		にんじん      だいこん	さとう      ごま      ごまあぶら	酢 醤油	<div>2月平均栄養価</div> <div>エネルギー      たんぱく質      脂質 634kcal      24.1g      22.4g</div> <div>栄養基準値（中学年） [650]      [26.8]      [18.1]</div>	
	あじつけのり		のり					
	けんさんこむぎしょくパン				パン			<div>2月給食回数18回</div> <div>給食用物資等の都合により、献立や食材料の一部を変更することがあります。</div>
	チョコクリーム					チョコクリーム		
ポークビーンズ	ぶたにく      だいず		にんじん      トマト      たまねぎ	じゃがいも      さとう      なたねあぶら	トマトピューレ      ケチャップ      デミソース      塩      コンソメ      こしょう      トマトケチャップ			
スパイシーチキン	とりにく			にんにく	さとう      ノンエッグマヨネーズ	塩      コンソメ      カレー粉      こしょう		
27金	キャベツのマリネ			にんじん      キャベツ		マリネドレッシング		

世界の料理

2月は「フランス」



「フランスパン」

小麦粉と水、塩とイーストだけで作られるフランス発祥のたいパン全般の呼び名です。


給食では、食べ易い様に柔らかく目に焼いています。

「ポトフ」

ポトフは、大きく切った野菜や肉を煮込んだフランスの家庭料理です。給食では、ソーセージと野菜を煮込んでいます。

「クレープ」

フランスの北西部ブルターニュ地方で生まれました。名前の由来は、薄く焼いた生地が布地のクレープ（ちりめん）に、似ていることから、そうよばれるようになりました。給食では、豆乳と米粉を使用し、甘酸っぱい苺ソースをつつんだクレープが登場します。



●今月の地場産物・県産品

米、麦、牛乳、はくさい  
ねぎ、しめじ、えのきたけ、  
のり、こんにゃく




2月平均栄養価		
エネルギー 634kcal	たんぱく質 24.1 g	脂質 22.4g
栄養基準値（中学年）		
[650]	[26.8]	[18.1]


2月給食回数18回

給食用物資等の都合により、献立や食材料の一部を変更することがあります。

★給食の思い出や感想★

リクエスト給食の調査の中で、給食の思い出や感想、あたたかいメッセージもたくさんいただきました。ありがとうございます！◎これからも、みなさんの健康を願って、また、給食時間がみなさんにとって楽しい思い出になるように、栄養満点のおいしい給食づくりにはげめます！  
ここでは、小学校Aコースの6年生が書いてくれた給食の思い出や感想を紹介します！





- ・苦手なものを給食で食べてみたら克服したからうれしかったです。・6年間美味しい給食をありがとうございました。
- ・野菜の料理があるので健康的でいいと思います。ほとんどの給食が大好きです。
- ・給食当番の時、友達や親友とどの給食が好きか話した時や、クラスで笑いながら食べたおいしい給食です。いつもありがとうございます。
- ・毎日給食を好き嫌いなく残さず食べることが出来たのは、給食センターのこんだての立て方が良かったからだと思います。そして、栄養まで管理していただいたいるので、より食材に感謝して、食べることが出来ました。ありがとうございました。
- ・一年生の時は好き嫌いが多かったけど、今は嫌いな食べ物も食べれるように頑張りました。
- ・私の給食の思い出は覚えてる限りですけど「給食を残したことがなく毎日おかわりを続けている」ことです！毎日おいしい給食を作ってくださいありがとうございます。これからもおいしい給食を待っていますね。
- ・苦手な給食も美味しかったから頑張って食べれたのが嬉しかったです。
- ・本当にめっちゃ美味しかったです 冷凍みかんとかカレーとか…。そういうものが出たときすごく嬉しかったです。もうすぐ卒業ですが給食を作っている人は頑張ってください。ありがとうございます。
- ・私は幼稚園生の時、好き嫌いが激しく、食べるものがほとんどありませんでした。でも、学校に入学し、給食を食べてたくさん食べれるものが見つかりました。給食を食べる前はお母さんのお弁当がいいなと、ずっと思っていました2年生ごろから、給食がだんだん楽しみになってきました。だから、学校の給食があって良かったなと思いました。