

# 2月 学校給食献立表

綾川町立陶小学校

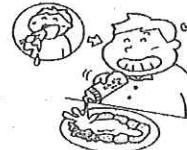
日	献立名	材料名							
曜日	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの			
<b>6年竹組オリジナルメニュー</b>									
1 月	むぎごはん	○	とりにくのガーリックやき いそかえ もやしのみそしる いちご	とりにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう のり カットわかめ	こまつな にんじん ねぎ	キャベツ もやし いちご	こめ おおむぎ じやがいも	あぶら
2 火	コッペパン	○	ホット キャベツとブロッコリーのサラダ きなこだんごのきょうとうシロップかけ	とりにく ベーコン きなこ	ぎゅうにゅう にんじん ブロッコリー	たまねぎ かぶ セロリ キャベツ コーン	コッペパン じゃがいも さとう だんご きょうとう	あぶら	
3 水	むぎごはん	○	いわしのかばやきふう ごまずあえ すまじる せつぶんまめ	いわし だいす	ぎゅうにゅう カットわかめ	にんじん こまつな ねぎ	キャベツ たまねぎ	こめ おおむぎ でんぶん さとう じやがいも	あぶら ごま
4 木	こめこパン	○	じゃがいもとアスパラのソテー はくさいとくだんごのスープ りんご	ベーコン ミートボール	ぎゅうにゅう	アスパラガス にんじん ねぎ	はくさい しいたけ しょうが りんご	ミルクパン じゃがいも はるさめ	ごまあぶら
5 金	ごはん あじつけの り	○	さわらのたつたあげ きりほしだいこんのすのもの ぐだくさんみそしる	さわら しらす みそ	ぎゅうにゅう カットわかめ のり	にんじん ねぎ	しょうが きりほしだいこん きゅうりえのきたけ たまねぎ	こめ さとう でんぶん じやがいも	あぶら
8 月	むぎごはん	○	にこみおでん たべてなのごまずあえ ぽんかん	とりにく うずらたまご あつあげ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん たべてな	だいこん キャベツ ぽんかん	こめ おおむぎ さとう ごま	あぶら ごま
9 火	バターロール	○	しっぽくうどん なばなのアーモンドあえ こいわしのフライ	とりにく あつあげ こいわし	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ なばな	だいこん しめじ キャベツ	バターロール うどん さといも さとう	アーモンド あぶら
10 水	おやこどん	○	キャベツとアスパラガスの たくあんあえ フライピーンズ	とりにく たまご だいす	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ アスパラガス	たまねぎ しいたけ キャベツ たくあん	こめ おおむぎ さとう でんぶん	あぶら ごま
12 金	むぎごはん	○	マー婆ーどうふ かいそうサラダ	ぶたにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	にんにくしょうが たまねぎ しいたけ キャベツ だいこん	こめ おおむぎ でんぶん	あぶら ごまあぶら
15 月	チキンライス	○	ビーンズサラダ たまごスープ	とりにく だいす たまご	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ マッシュルーム えだまめ だいこん キャベツ レモン	こめ さとう でんぶん	あぶら オリーブオイル
16 火	ミルクパン	○	ミートスペティ コールスローサラダ いちご	ぶたにく	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん トマト	たまねぎ グリーンピース キャベツ きゅうり コーン いちご	ミルクパン スペティ	あぶら ドレッシング
17 水	シーフード カレー	○	ひじきのマリネ ヨーグルト	あさり いか えび	ぎゅうにゅう ひじき チーズ ヨーグルト	にんじん	たまねぎ しめじ きゅうり	おおむぎ こめ じやがいも さとう	あぶら
<b>6年松組オリジナルメニュー</b>									
18 木	ココアあげ パン	○	チリコンカーン ブロッコリーサラダ ござかなアーモンド	いんげんまめ ぶたにく まぐろフレーク	ぎゅうにゅう	にんじん バセリ トマト ブロッコリー	たまねぎ にんにく コーン キャベツ	コッペパン さとう じやがいも	あぶら アーモンド
19 金	わかめご はん	○	とりにくのりやき ちくわとこまつなのごまふう みいため ふしめんじる りんごタルト	とりにく ちくわ みそ	わかめ ぎゅうにゅう	こまつな にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ	こめ おおむぎ さとう でんぶん じやがいも ふしめんタルト	ごまあぶら

日	献立名	材料名							
曜日	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの			
22 月	ちゅうかお こわ	○	ちゅうかサラダ たまごとレタスのスープ ブルーン	ぶたにく たまご ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな ねぎ	たけのこ しいたけ えだまめ もやし レタス たまねぎ ブルーン	こめ もちごめ さとう はるさめ でんぶん	ごまあぶら
24 水	ごはん	○	やきどうふのみそぼろに こまつなとコーンのあえもの	ぶたにく やきどうふ みそ かつおぶし	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ こまつな	たまねぎ しいたけ しょうが にんにく キャベツ コーン	こめ さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら
25 木	コッペパン	○	トンカツ ABCマカロニスープ フレンチサラダ	ぶたにく たまご	ぎゅうにゅう	にんじん	セロリ たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	コッペパン こむぎこパン じやがいも マカロニ さとう	あぶら オリーブオイル
26 金	むぎごはん	○	とりにくとやさいのうまに はくさいとじやこのあえも の	とりにく うずらたまご	ぎゅうにゅう しらすぼし	にんじん こまつな	たまねぎ えだまめ はくさい	こめ おおむぎ じやがいも しらたき さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら

材料の都合によって、献立が変更する場合があります。

## 2月の給食目標は「健康によい食事のとり方を考えよう」です。

生活習慣は子どもの頃に基礎ができ、長年の積み重ねによって形づくられます。一度身についた生活習慣を、おとなになってからかえようとしてもなかなか難しいものです。将来にわたって健康にすごすためにも、子どもの頃から規則正しい生活習慣を身につけるようにしましょう。



### ~今月の給食から~ じゃがいもとアスパラのソテー

材料(4人分)

ベーコン	2枚
じゃがいも	2個
アスパラガス	4本
ごま油	小さじ1
濃口しょうゆ	小さじ1/2
塩	少々
こしょう	少々

4日の給食では、「さぬきのめざめ」という品種のアスパラガスを使用して作る予定です。



作り方

- 1 ベーコンは1cm巾、じゃがいもは1cm巾の千切り、アスパラガスは斜め薄切りにする。
- 2 じゃがいもは崩れない程度にゆでておく。
- 3 フライパンにごま油を熱し、ベーコン、アスパラを炒め、下ゆでした2のじゃがいもを入れて炒める。
- 4 調味料で味を調える。

綾川町産の  
食材  
プロッコリー  
なばな  
アスパラガス

### ~注目メニュー~

★節分(3日)の献立 - いわしのかば焼き風・節分豆(今年の節分は2月2日です。)  
★のりの日(5日) - 香川県産の味付けのりが登場します。(のりの日は2月6日です。)  
★小学校6年生が家庭科の学習で考えた献立 - 綾川町内で統一献立を実施している小学校4校から、陶小学校(1日、18日)、羽床小学校(19日)の6年生が考えた献立を取り入れています。  
★学校給食への「香川県産いちご」の供給事業(16日) - 「さぬきひめ」という品種のいちごを無償で提供していただく予定です。「さぬきひめ」は甘い香りとやわらかな食感が特徴のオリジナル品種です。

★香川「旬のイチオシ」農産物PR事業(4日) - 「さぬきのめざめ」という品種のアスパラガスを無償で提供していただく予定です。「さぬきのめざめ」は甘みが強く、太く柔らかいのが特徴の香川県オリジナル品種です。