

こんげつ ぎょうじ
今月の行事

せつぶん
節分

今年は

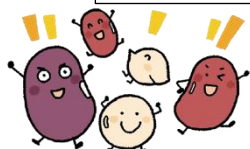


どうして節分に豆をまくの？

五穀のうちの一つで重要な穀物である豆には、昔から霊力があると信じられていました。そのため、災いや病気などの目に見えないものを鬼という形にあらわして豆をまき、邪気を追いはらって福を呼び込んだそうです。

節分の日、ご家庭で豆まきをしたり、いり豆を食べたりしてみませんか？

※節分は、立春の前日にあたる日のことです。今年は、立春が2月3日のため、今年の節分は2月2日になります。



もっと食べよう まめ



大豆



加工品に使われる黄大豆のほかにも、青大豆や黒大豆もあります。

いんげん豆



金時豆、とら豆など品種が多く、世界中で栽培されています。

あずき



赤い色に魔よけの力があるとされ、祝いの行事食に用いられます。

学校給食では、様々な豆を献立に取り入れています。豆は、栄養豊富で食物繊維も多く、生活習慣病の予防に良いといわれています。北海道は、大豆や小豆など色々な豆の生産量が全国1位でもあります。御家庭でも色々な料理に豆を取り入れてみてはいかがでしょうか？

えんどう



青えんどうは、うぐいす豆、赤えんどうは、みつ豆に使われます。

ひよこ豆



ひよこのような形をしていてガルバンゾーとも呼ばれています。

レンズ豆



ひら豆とも呼ばれ、光学レンズはこの豆が由来といわれています。

煮豆だけじゃない！豆料理(例)

カレー

サラダ

スープ

ハンバーグ



2月17日～21日は

「学校給食週間」です



2月17日(月)～21日(金)までの1週間は、給食週間です。学校給食への興味・関心をもつことや北海道の食文化、産物について給食を通して学ぶことを目的として様々な企画を実施します。給食週間をきっかけに、日頃の食事の仕方などを振り返ったり、食への興味・関心を高められたらと思っています。



給食週間にはこんなことを行います！

①「北海道を食べよう！」

給食を通して、北海道産の食材や食文化について学びます。(裏面の献立太字は北海道メニューです。)

②給食後片付けピカピカ大作戦ビンゴ

給食後の後片付けの仕方の見直し、振り返りをします。

③給食クイズ

札幌市の給食に関するクイズを給食時間の放送にて出題する予定です。



2月よていこんだて



月	火	水	木	金
3 きつねうどん スパイシーポテト いよかん	4 たきこみいなり  いわしのカリカリフライ おひたし 節分献立	5 豚ミックス丼 みそ汁 黄桃のかんづめ	6 ツイストパン キャロットポタージュ 十勝大豆コロッケ パインのかんづめ	7 えび入りかき揚げ丼 みそ汁 からし和え
ソフトめん 油揚げ かまぼこ 干しいたけ 長ねぎ たまご ほうれん草 むろあじ 昆布/じゃがいも カレー粉 揚げ油/いよかん/	胚芽米 小麦 油揚げ にんじん 干しいたけ ひじき ごま あまのり/(まいわし 水あめ しょうが マッシュポテト でん粉) 揚げ油/なばな もやし かつお節/	精白米 豚肉 しょうが でん粉 小麦粉 揚げ油 厚揚げ 玉ねぎ たけのこ にんじん ビーマン 油 ごま/じゃがいも わかめ 長ねぎ みそ むろあじ 昆布/黄桃缶/	小麦粉 スキムミルク 卵/ベーコン 玉ねぎ にんじん じゃがいも パセリ 小麦粉 バター 油 チーズ スキムミルク 牛乳 豆乳 鶏がらスープ/(じゃがいも 大豆 玉ねぎ パン粉 小麦粉 大豆油) 揚げ油/パイン缶/	精白米 むきえび あさり さくらえび 玉ねぎ にんじん ごぼう 小松菜 ひじき 切り干し大根 小麦粉 卵 揚げ油 でん粉 むろあじ 昆布/豆腐 なめこ みそ 長ねぎ むろあじ 昆布/ちくわ ほうれん草 もやし からし/
10 パスタクリームソース フレンチポテト	11 建国記念の日 	12 深川めし みそ汁 豚肉のカレーフライ	13 コッペパン ベーコンシチュー チキンマリネサラダ みかん	14 西区産大根菜使用 ごはん マーボー豆腐  ししゃもから揚げ 磯和え
ソフトパスタ ベーコン 小松菜 玉ねぎ たまご 小麦粉 バター チーズ 牛乳 スキムミルク 豆乳 みそ 豚骨スープ/じゃがいも 揚げ油/		胚芽精米 小麦 昆布 あさり しょうが にんじん ごぼう 油 みそ ほうれん草/厚揚げ 小松菜 みそ むろあじ 昆布/豚肉 カレー粉 小麦粉 卵 パン粉 オートミール 揚げ油/	小麦粉 スキムミルク 卵/ベーコン じゃがいも 玉ねぎ にんじん パセリ 小麦粉 バター 油 牛乳 豆乳 チーズ スキムミルク 鶏がらスープ/鶏肉 しょうが でん粉 揚げ油 キャベツ にんじん きゅうり ごま/みかん/	精白米/豆腐 豚肉 しょうが にんにく 油 にんじん 長ねぎ 干しいたけ みそ ごま油 豆板醤 でん粉/カラフトししゃも 持ち 小麦粉 でん粉 揚げ油/葉だいこん もやし 切りのり/
17 みそラーメン きなこポテト パインのかんづめ 2/17~21は「北海道食べよう！」週間	18 芽室産とうもろこし使用 芽室コーンチャーハン 白花豆コロッケ フルーツミックス	19 ザンタレ丼  みそ汁 ごま和え 十勝産にんにく使用	20 知内産にら使用 角食 にらワンタンスープ コーンフライ チョコクリーム	21 北海道産金時豆使用 豆とひき肉のカレー ごぼうチップサラダ
ソフトラーメン 豚肉 玉ねぎ にんじん しょうが にんにく ごま ごま油 みそ 豆板醤 もやし 玉ねぎ メンマ にんじん 油 ほうれん草 長ねぎ くわがめ 鳥がら 豚骨 煮干し 昆布/じゃがいも 揚げ油 きなこ/パイン缶	胚芽精米 小麦 油 豚肉 しょうが にんにく 長ねぎ にんじん 玉ねぎ ごま油 とうもろこし バター むき枝豆/(白花豆 じゃがいも バター パン粉 でん粉) 揚げ油/みかん缶 パイン缶 りんご缶 黄桃缶 なし缶/	精白米 鶏肉 しょうが でん粉 小麦粉 揚げ油 かねぎ/大根 油揚げ みそ むろあじ 昆布/小松菜 白菜 ごま/	小麦粉 スキムミルク 卵/ワンタン皮 豚肉 しょうが にら にんじん 玉ねぎ 鳥がら 豚骨 煮干し/(とうもろこし パン粉 牛乳 小麦粉 全粉乳) 揚げ油/豆乳 チョコレート ココア コーン スターチ/	精白米 牛肉 豚肉 玉ねぎ にんじん セロリー しょうが にんにく 金時豆 パセリ レーズン 油 小麦粉 カレー粉 ソース ケチャップ/ハム キャベツ きゅうり とうもろこし ごぼう 揚げ油 ごま/
24 振替休日 	25 チキンウインナーライス ほっけフライ もやしのごまサラダ	26 ごはん 大豆フレークのすまし汁 ひじき春巻き ナムル	27 黒コッペパン クリームシチューカレー風味 あさりのスパゲティサラダ りんごのかんづめ	28 ごはん 厚揚げのカレーソース 揚げぎょうざ デコポン
	胚芽精米 小麦 バター トマトジュース チキンウインナー(鶏肉 豚肉) 玉ねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース 油 ケチャップ/ほっけ 小麦粉 卵 パン粉 揚げ油/ほうれん草 もやし とうもろこし にんじん みそ 豆板醤 ごま/	精白米/大豆フレーク 豆腐 ほうれん草 長ねぎ 干しいたけ でん粉 むろあじ 宗田 昆布/(たけのこ にんじん 豚肉 ひじき でん粉 オイスターソース 小麦粉) 揚げ油/小松菜 もやし にんじん 唐辛子 ごま油 ごま/	小麦粉 スキムミルク 卵/豚肉 カレー粉 セロリー じゃがいも 玉ねぎ にんじん パセリ 小麦粉 バター 油 カレー粉 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ 鶏がらスープ/あさり しょうが スパゲティ きゅうり にんじん 油 みそ ごま油 ごま/りんご缶	精白米/厚揚げ 豚肉 にんじん 玉ねぎ さやいんげん しょうが にんにく 油 カレー粉 小麦粉 ケチャップ ソース 鶏がらスープ/(キャベツ 玉ねぎ 長ねぎ にら 豚肉 鶏肉 粒状大豆たん白 でん粉 小麦粉) 揚げ油/デコポン

★牛乳200ccは毎日つきます。

★果物は天候等の事情により、変更になる場合があります。

★海産物全般には、小さな「かに」「えび」などが混入していることがあります。ご了承ください。

★今月使用予定「いわしのカリカリフライ」は、魚卵を取り除いて加工しておりますが、自然由来のため、残存する可能性があります。ご注意ください。

★献立欄には主な使用食材を記載しています。

★アレルギーの確認には、詳細な資料を別途用意しています。詳細な献立表を希望する場合や給食についてご不明な点や心配なことがある場合は、学級担任を通して栄養教諭までご連絡ください。