



➤ 食しょくのことわざ

「大根どきの医者いらず」

大根を収穫する時期には、みんな健康になり、医者がいらなくなる、という意味です。大根はおなかの調子を整え、消化をよくする働きがあり、昔から体によいものとされてきました。

(出典:「農林水産省 Web サイト『農作物についての故事・ことわざ』(農林水産省)をもとに作成しました。)



➤ 6年生 リクエスト給食アンケート結果発表

今年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、毎年行っている6年生のバイキング給食が実施できなくなりました。その代わりに、本郷小学校と平和通小学校の6年生にアンケートをとり、得票数が多かったメニューが2月28日～3月4日の給食に登場します。

★集計結果★

【ごはん・どんぶり部門】

1位:ビビンバ 2位:とりめし 3位:わかめごはん

【めん部門】

1位:みそラーメン 2位:沖縄そば 3位:しょうゆラーメン

【パン部門】

1位:黒角食 2位:ロールパン 3位:ソフトフランスパン

【カレー部門】

1位:キーマカレー 2位:カレーライス(豚肉入り) 3位:スープカレー

【デザート部門】

1位:アイスクリーム 2位:フルーツカクテル 3位:フルーツミックス

～何が登場するか、裏面の予定献立をご覧くださいね。～



2月7日～3月4日の予定献立



※牛乳は、毎日つきます。※献立の下に書いてあるのは、主に使用する食材です。
 ※ 四角で囲んでいる食材は、加工食品です。
 ※予定される果物: 「はまさき」や「デコボン」などです。

「カラフトししゃも」の内臓の中や「あさり」、「わかめ」、「しらす」などの海産物にエビやカニなどの甲殻類が混入している場合があります。甲殻類のアレルギーをお持ちのおひさんはご注意ください。

月	火	水	木	金
7 ごはん いもだんご汁 ぶりのみそてり焼き あさりの佃煮 平和通小5年給食無し	8 ロールパン ワンタンスープ(塩味) お好み揚げ (えび入り) 枝豆	9 とりめし さわらのごまフライ からしあえ	10 パスタミートソース ストローポテトサラダ	11 けんこくきねん ひ 建国記念の日 
米/鶏肉・じゃがいも・人参・大根・ごぼう・菜種油・長ねぎ・しょうゆ・むろあじ削節/ぶり・小麦粉・じゃが芋でん粉・菜種油・みそ・しょうゆ・ごま/あさり・しょうゆ	パン/ワンタンの皮・豚肉・たけのこ・人参・もやし・ほうれん草・長ねぎ・しょうゆ・菜種油・鶏がら・豚骨・昆布/あさり・えび・いか・キャベツ・切干大根・トウモロコシ・小麦粉・鶏卵・菜種油・トマト・かつお節/枝豆	米・大麦・鶏肉・玉ねぎ・鶏がら・しょうが・菜種油・しょうゆ/さわら・小麦粉・鶏卵・パン粉・大豆・ごま・菜種油/小松菜・もやし・ちくわ・しょうゆ	ソフトパスタ・豚肉・菜種油・玉ねぎ・人参・大豆・マッシュルーム・小麦粉・トマト・しょうゆ・鶏ガラ/ハム・キャベツ・きゅうり・とうもろこし・じゃが芋・菜種油・ごま・しょうゆ	米・大麦・小麦・たけのこ・豚肉・しょうゆ・小麦粉・鶏卵・パン粉・菜種油・トマト・鶏ガラ/小松菜・とうもろこし・しょうゆ・ごま・菜種油
14 ごはん スンドゥブチゲ 野菜春巻 おひたし	15 まめパン ポテトクリーム煮 あさりのカリッとサラダ・くだもの	16 厚揚げ入り肉炒め丼 みそ汁 くだもの	17 カレーうどん 青のりポテト 黄桃のシロップづけ	18 エスカロップ 小松菜とコーンのサラダ 平和通小4-6年給食無し
米/豆腐・豚肉・トウバンジャン・菜種油・しょうゆ・みそ・ごま油・あさり・人参・玉ねぎ・えのきたけ・にら・鶏ガラ・昆布・煮干し/野菜春巻/キャベツ・ひじき・豚肉・春雨・大豆油・オスターソース・小麦粉・菜種油/ほうれん草・白菜・かつお節・しょうゆ	パン/ベーコン・じゃが芋・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・菜種油・チーズ・鶏がら/あさり・しょうゆ・小麦粉・じゃが芋でん粉・菜種油・きゅうり・キャベツ・人参・しょうゆ・ごま・しょうゆ	豚肉・厚揚げ・ミンチ・人参・もやし・小松菜・玉ねぎ・ソース・しょうが・にんにく・トウバンジャン・りんご・しょうゆ・じゃが芋でん粉・ごま・菜種油/じゃが芋・にら・みそ・むろあじ削節・昆布	ソフトめん/鶏肉・油揚げ・玉ねぎ・ほうれん草・長ねぎ・小麦粉・菜種油・カレールーウ・しょうゆ・むろあじ削節・昆布/フレンチフライポテト/じゃが芋・パーム油・菜種油/黄桃	米・大麦・バター・たけのこ・豚肉・しょうゆ・小麦粉・鶏卵・パン粉・菜種油・トマト・鶏ガラ/小松菜・とうもろこし・しょうゆ・ごま・菜種油
21 ごはん 麻婆豆腐 子持ちカラフトししゃも ものから揚げ いそあえ	22 ツイストパン あさりのチャウダー ハンバーグ パインシロップづけ 平和通小2-3年、スマイル2-6年給食無し	23 てんのうたんじょうび 天皇誕生日 	24 きつねうどん ウィンナーフリッター 黄桃のシロップづけ 平和通小5年給食無し	25 ちらしずし すまし汁 チキンカツ 平和通小5年給食無し
米/豆腐・豚肉・長ねぎ・人参・しいたけ・みそ・ごま油・菜種油・しょうゆ/子持ちカラフトししゃも・小麦粉・じゃが芋でん粉・菜種油・しょうゆ/小松菜・もやし・のり・しょうゆ	パン/あさり・ベーコン・じゃが芋・玉ねぎ・人参・小麦粉・バター・菜種油・牛乳・豆乳・チーズ・鶏ガラ/ハンバーグ/牛肉・玉ねぎ・豚肉・パン粉・鶏卵・牛乳・大豆・でん粉・菜種油・しょうゆ・トマト/パイン	米・大麦・豚肉・豆腐・たけのこ・長ねぎ・菜種油・しょうゆ・ごま・人参・小松菜・もやし/きょうり/キャベツ・玉ねぎ・長ねぎ・にら・豚肉・鶏肉・大豆・小麦粉・菜種油/ミカンシロップ/漬・ハインシロップ/漬・黄桃シロップ/漬・梨シロップ/漬・りんごシロップ/漬(以上缶詰)	ソフトめん/油揚げ・しょうゆ・むろあじ削節・昆布・つと(魚すりみ)・しいたけ・長ねぎ・たまごたけ・ほうれん草/チキンレバー/ウィンナー/鶏肉・豚肉・ひじき・牛乳・とうもろこし・鶏卵・小麦粉・菜種油/黄桃	米・大麦・つと(魚すりみ)・油揚げ・人参・かんぴょう・しょうゆ・ごま・のり/豆腐・わかめ・長ねぎ・しょうゆ・むろあじ削節/鶏肉・小麦粉・鶏卵・パン粉(小麦粉・大豆)・菜種油
28 6年生リクエスト給食(～3月4日) キーマカレー 切り干し大根のサラダ アイスクリューム	3/1 黒角食 コーンポターージュ たらフライ サイコロサラダ	2 ビビンバ 揚げぎょうざ フルーツミックス	3 みそラーメン 大学いも くだもの	4 スパゲティナポリタン チキンナゲット フルーツカクテル
米/豚肉・玉ねぎ・人参・大豆・ぶどう・菜種油・小麦粉・トマト・しょうゆ/切干大根・まぐろ・人参・もやし・きゅうり・ごま・みそ・しょうゆ・ごま油/アイスクリーム/牛乳・寒天・水あめ	パン/とうもろこし・ベーコン・じゃが芋・玉ねぎ・人参・バター・牛乳・豆乳・菜種油・小麦粉・チーズ・鶏がら/たらフライ/たら・パン粉・小麦粉・パーム油・菜種油・大豆油・ライ麦粉・とうもろこし/ハム・人参・きゅうり・とうもろこし・しょうゆ・ごま油・トマト	米・大麦・豚肉・豆腐・たけのこ・長ねぎ・菜種油・しょうゆ・ごま・人参・小松菜・もやし/きょうり/キャベツ・玉ねぎ・長ねぎ・にら・豚肉・鶏肉・大豆・小麦粉・菜種油/ミカンシロップ/漬・ハインシロップ/漬・黄桃シロップ/漬・梨シロップ/漬・りんごシロップ/漬(以上缶詰)	ソフトめん/豚肉・もやし・玉ねぎ・たけのこ・人参・ほうれん草・長ねぎ・まわかめ・ごま・みそ・しょうゆ・トウバンジャン・菜種油・鶏ガラ・豚骨・煮干・昆布/さつま芋・菜種油・ごま・しょうゆ	スパゲティ/豚肉・玉ねぎ・人参・マッシュルーム・ピーマン・菜種油・トマト・しょうゆ/チキンナゲット/鶏肉・大豆・パン粉(小麦・大豆)・とうもろこし・米粉・しょうゆ・菜種油・パーム油/玉ねぎ/みかんシロップ/漬・ハインシロップ/漬・りんご果汁・黄桃シロップ/漬・なつみかんシロップ/漬・梨シロップ/漬(以上缶詰)