

ランチタイム

2026年1月30日発行

札幌市立日章中学校

札幌市立幌東中学校

2月

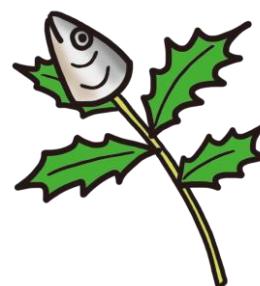
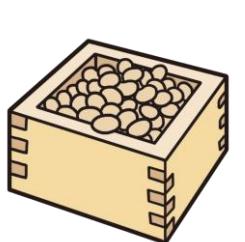


せつぶん 節分

今年の節分は、2月3日です。

節分は、立春の前日で、冬から春への季節のかわり目の行事です。『節分』は本来、立冬や立夏、立秋などの前日を指す言葉です。

立春の前日の『節分』には「鬼は外、福は内」のかけ声とともに豆をまいたり、
柊の枝にイワシの頭を刺したものを戸口に立てておいたりして、邪氣を払う風習があります。

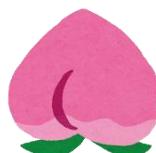


しょく 食のことわざ

ももくりさんねんかきはちねん
「桃栗三年柿八年」

芽が出てから実がなるまでに桃と栗は3年、
柿は8年かかるということ。

また、何ごとも成し遂げるまでには、
相応の年月が必要だということ。



2月の予定献立



- 調味料・砂糖・油・少量の食材などは記載しておりません。(／は献立の区切りです。)
- 揚げ油は毎回新しい油ではなく、複数回の使用となります。
- 食物アレルギー等でさらに詳しい食材表が必要な方はお知らせください。

- 「カラフトししゃも」や「カレイ」の内臓の中や「あさり」「しらす干し」「ちりめんじゃこ」「わかめ」「昆布」などの海産物全般に小さなエビやカニ、タコなどが混入している場合があります。
- カレイの唐揚げ、いわしカリカリフライ
→まれに魚卵が含まれている場合があります。

月	火	水	木	金
2日 チーズバーガー ^(横割りパンズパン・ハンバーグ・チーズ) コーンシチュー もやしのごまサラダ	3日 ごはん さつま汁 豚肉のバーベキュー ソース あさりの佃煮	4日 長崎ちゃんぽん シナモンポテト いよかん	5日 ビビンバ 揚げぎょうざ フルーツカクテル	6日 スタミナ丼 みそ汁 パインシロップ漬け
パン/ハンバーグ/チーズ/ベーコン・じゃが芋・玉ねぎ・とうもろこし・小麦粉・牛乳・豆乳・バター・チーズ・鶏ガラ・菜種油 /小松菜・もやし・にんじん・トウバンジャン・ごま	米/鶏肉・豆腐・さつまいも・こんにゃく・にんじん・大根・玉ねぎ・ごぼう・長ねぎ・しょうが/豚肉・小麦粉・じゃがいもでん粉 /あさり・ごぼう・にんじん	ソフトラーメン/豚肉・たけのこ・えび・もやし・人参・玉ねぎ・チングン菜・キャベツ・鶏ガラ・豚骨・煮干し /さつまいも /いよかん	胚芽米・大麦・豚肉・豆腐・メンマ・長ねぎ・しょうが・ににく・ごま油・トウバンジャン・にんじん・ほうれん草・もやし・ごぼう・長ねぎ・じょうが/缶詰(みかんシロップ漬け・パインシロップ漬け・黄桃シロップ漬け・梨シロップ漬け・夏みかんシロップ漬け)・リンゴ果実	米/豚肉・メンマ・にんじん・もやし・にら・玉ねぎ・りんご・じょうが・ににく・トウバンジャン・ごま油・ごま/大根・油揚げ・みそ/パイン
9日 黒角食 クリームシチュー 厚揚げサラダ デコポン	10日 キーマカレー 小松菜とベーコンのサラダ	11日 建国記念の日	12日 たきこみいなり いわしのカリカリフライ じょうがあえ	13日 かき揚げ天丼 (えび入り) みそ汁 黄桃のシロップ漬け
パン/鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・にんじん・パセリ・小麦粉・バター・牛乳・豆乳・チーズ・スキムミルク・鶏ガラ/厚揚げ・じょうが・じゃがいもでん粉・小麦粉・キャベツ・きゅうり・にんじん・ごま油・ごま/デコポン	米・豚肉・玉ねぎ・にんじん・セロリ・じょうが・ににく・大豆・レーズン・小麦粉・トマト /ベーコン・小松菜・もやし・ごま	胚芽米・大麦・油揚げ・にんじん・干しいたけ・ひじき・ごま・焼きのり /いわしのカリカリフライ /小松菜・もやし	米/えび・あさり・玉ねぎ・にんじん・ごぼう・春菊・ひじき・切干大根・小麦粉・鶏卵・じゃが芋でん粉 /高野豆腐・わかめ・みそ /黄桃	
16日 幌東中)給食なし 角食 みそワンタンスープ チキンカツ チョコクリーム	17日 日章中)給食なし ごはん いもだんご汁 カレイのから揚げ おひたし	18日 しょうゆラーメン アメリカンドッグ デコポン	19日 シーフードピラフ 白花豆コロッケ フルーツミックス	20日 ごはん スンドウブチゲ ほっけのオートミールフライ・いよかん
パン /ワンタン・豚肉・もやし・にんじん・たけのこ・鶏ガラ・豚骨 /鶏肉・鶏卵・小麦粉・パン粉 /チョコレート・豆乳・とうもろこしでん粉	米/じゃがいも・鶏肉・大根・にんじん・長ねぎ /カレイのから揚げ /なばな・もやし・かつお節	ソフトラーメン/豚肉・たけのこ・と(魚すりみ)・もやし・人参・玉ねぎ・長ねぎ・ほうれん草・茎わかめ・菜種油・じょうゆ・鶏ガラ・豚骨 /ウインナー・小麦粉・鶏卵・牛乳・トマト/デコポン	胚芽米・大麦・バター・ベーコン・エビ・あさり・イカ・玉ねぎ・にんじん/白花豆コロッケ /缶詰(みかんシロップ漬け・パインシロップ漬け・黄桃シロップ漬け・梨シロップ漬け・夏みかんシロップ漬け)	米/豆腐・豚肉・じょうが・ににく・トウバンジャン・みそ・ごま油・あさり・にんじん・玉ねぎ・えのきたけ・にら・鶏ガラ /ほっけ・小麦粉・鶏卵・オートミール・パン粉 /いよかん
23日 天皇誕生日	24日 ごはん カレー肉じゃが 野菜春巻 おかかふりかけ	25日 ゆであげスパゲティ ミートソース フレンチポテト アイスクリーム	26日 とりめし ちくわのチーズフライ ごまあえ	27日 ごはん・ナムル 豆腐のオイスターソース煮 揚げえびしゅうまい
	米/豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・しらたき・人参 /野菜春巻 /しらす・かつお節・のり・ごま	スパゲティ /豚肉・大豆水煮・玉ねぎ・にんじん・セロリ・じょうが・ににく・小麦粉・カレー粉・トマト /フレンチポテト /アイスクリーム	胚芽米・大麦・鶏肉・じょうが・玉ねぎ /ちくわ・小麦粉・鶏卵・パン粉・チーズ /ほうれん草・白菜・ごま	米/もやし・小松菜・ハム・にんじん・ごま・トウバンジャン/豆腐・豚肉・ピーマン・長ねぎ・にんじん・たけのこ・じょうが・ににく・オイスターソース・じゃが芋でん粉 /えびしゅうまい

