

# 給食だより 2月

令和8年(2026年)1月30日

札幌市立陵北中学校

## 今年の節分は2月3日です

今年の節分は2月3日(火)です。節分は季節の分かれ目という意味で、本来は、立春・立夏・立秋・立冬の前日を指すため、年に4回あります。旧暦では、春が1年の始まりとされていたため、立春の前日の節分が、特に大事にされ、人々は新しい年が幸せであるようにと願いました。

また、病気や災害などの目に見えない出来事は、邪気(鬼)の仕業だと考えられていました。季節の変わり目は体調を崩しやすくなるため、邪気払いをするようになったといわれています。



### 豆まき

節分は、厄払いや邪気払い、無病息災を願う行事です。豆をまくようになったのは、室町時代とされています。

穀物である豆は生命力の象徴であり、魔よけの力を持つと考えられていました。豆は「魔の目」や「魔を滅する」という語呂合わせもでき、鬼の目を狙って豆を投げつけることで鬼退治につながるそうです。

豆をまく人は、元来年男(その年と同じ干支に生まれた人)または家長でしたが、現代では、誰かが鬼役をして、家族みんなで楽しく豆をまく、楽しい行事として続いています。

豆は自分の年の数、もしくは年齢プラス1粒だけ食べると病気になるず長生きするといわれています。



### 恵方巻

節分の日はその年の「恵方」(神様のいる方向)をむいて、恵方巻を食べる風習があります。

その方向を向き、願いごとをしながら黙って食べることで願いごとが叶うとされています。

恵方巻を切らずに食べるのは「縁を切らない」という意味が込められています。恵方の具材は七福神にちなんで7種類が使用されることが一般的で、各具材には縁起の良い意味が込められています。

- ・かんぴょう…長寿と健康
- ・しいたけ…繁栄と豊かさ
- ・伊達巻(卵焼き)…金運上昇と商売繁栄
- ・桜でんぷん…子孫繁栄 など



今年の恵方は  
南南東です!



### おいせ

#### 2月使用野菜 産地(予定)

- |        |       |
|--------|-------|
| ・じゃがいも | 北見地区産 |
| ・玉ねぎ   | 富良野産  |
| ・チンゲン菜 | 福岡県産  |
| ・こまつな  | 福岡県産  |
| ・はまさき  | 佐賀県産  |
| ・デコポン  | 愛媛県産  |

※気候や野菜の状態等で変更になる場合もあります



#### 3年生卒業おめでとう!

#### リクエスト給食

もうすぐ卒業を迎える3年生のみなさんから、給食のリクエストアンケートをとりました。新川中・陵北中で各部門1位になったメニューを3月に実施します。詳しくは3月の給食だよりでご紹介します。

## 2月の予定献立

牛乳200mlが毎日つきます。

陵北中

| 月   | 火  | 水  | 木  | 金  |
|---|--|--|--|--|
| 2<br>ビビンバ<br>南瓜コロッケ<br>パイン缶   | 3<br>キーマカレー<br>人参とコーンの<br>サラダ  | 4<br>横割バンズ<br>コーンシチュー<br>ハンバーガー<br>スライスチーズ<br>黄桃缶  | 5<br>ごはん<br>カレー肉じゃが<br>野菜春巻き<br>からし和え  | 6<br>しょうゆラーメン<br>メンチカツ<br>りんご  |
| 胚芽精米 大麦 豚ももひき肉 焼き豆腐 メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく サラダ油 こま油 人参 ほうれん草 もやし 白こま/かぼちゃコロッケ 揚げ油/パイン缶           | 豚肉ももひき肉 玉ねぎ 人参 セロリ 生姜 にんにく 大豆水煮 バセリ レーズン サラダ油 小麦粉 カレー粉 トマト缶/ハム 人参 胡瓜 ホールコーン サラダ油 | ホールコーン クリームコーン ベーコン 玉ねぎ 人参 じゃがいも バセリ 小麦粉 バター サラダ油 スキムミルク チーズ 牛乳 豆乳/ハンバーグ/スライスチーズ/黄桃缶             | 豚肉肩 じゃがいも 玉ねぎ 人参 しらす さいやいんげん 干しいたけ たもぎだけ 生姜 サラダ油 カレー粉/野菜春巻き 揚げ油/焼き竹輪 こまつな キャベツ                   | ソフトラーメン 豚肉肩 メンマ 生姜 にんにく サラダ油 つと もやし 玉ねぎ 人参 長ねぎ ほうれん草 くきわかめ/メンチカツ 揚げ油/りんご                                   |
| 9<br>たきこみいなり<br>いわしのカリカリ<br>フライ（2個）<br>しょうが和え   | 10<br>スタミナ丼<br>味噌汁<br>デコポン   | 11<br>建国記念日<br> | 12<br>給食なし<br> | 13<br>給食なし<br><br>がんばれ! |
| 胚芽精米 大麦 油揚げ 人参 干しいたけ ひじき 白こま あまのり/いわしのカリカリフライ 揚げ油/こまつな もやし 生姜                             | 豚肉肩 メンマ 人参 サラダ油 もやし にら 玉ねぎ りんご 生姜 にんにく 片栗粉 こま油 白こま/大根油揚げ/デコポン                    |  |  |  |
| 16<br>とりめし<br>ちくわのチーズ<br>づめフライ<br>ごま和え  | 17<br>ごはん<br>豚汁<br>さんまのかば焼き<br>（2枚）<br>はまさき                                      | 18<br>揚げパン（コッペ）<br>塩ワントンスープ<br>小松菜サラダ  | 19<br>ごはん<br>豆腐オイスターソース煮<br>揚げえびシュウマイ<br>たたききゅうり   | 20<br>カレーうどん<br>ごまみそポテト<br>パイン缶  |
| 胚芽精米 大麦 鶏肉むね 鶏肉もも 生姜 玉ねぎ サラダ油/白ちくわ チーズ 小麦粉 卵 パン粉 揚げ油/ほうれん草 白菜 白すりごま                       | 豚肉肩 豆腐 じゃがいも 板こんにゃく 人参 大根 玉ねぎ こぼろ 長ねぎ 生姜 サラダ油/さんま 片栗粉 小麦粉 揚げ油 生姜 白ごま 片栗粉/はまさき    | ワントン皮 豚肉肩 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく サラダ油/ハム 緑豆はるさめ ひじき こまつな こま油                               | 豆腐 豚肉もも ヒーマン 長ねぎ 人参 たけのこ水煮 生姜 にんにく サラダ油 片栗粉/えびシュウマイ 揚げ油/胡瓜 こま油 白ごま                               | ソフトめん 鶏肉むね つと油揚げ 人参 玉ねぎ こぼろ 干しいたけ ほうれん草 たもぎだけ 長ねぎ 小麦粉 サラダ油 カレー粉 カレールウ 片栗粉/フレンチポテト 揚げ油 白すりごま/パイン缶           |
| 23<br> | 24<br>ごはん<br>スンドゥブチゲ<br>ほっけの竜田揚げ<br>はっさく   | 25<br>コッペパン<br>チキンクリーム<br>シチュー<br>あさりのサラダ<br>いちごのデザート  | 26 西區産大根菜使用<br>かき揚げ丼<br>味噌汁<br>おひたし  | 27<br>パスタミートソース<br>フレンチポテト<br>ヨーグルト  |
|   | 豆腐 豚肉肩 生姜 にんにく サラダ油 こま油 あさり水煮 人参 玉ねぎ えのきたけ にら/ほっけ 生姜 小麦粉 片栗粉 揚げ油/はっさく            | 鶏肉もも じゃがいも 玉ねぎ 人参 バセリ サラダ油 小麦粉 バター 牛乳 豆乳 チーズ スキムミルク/あさり水煮 生姜 きゅうり キャベツ 人参 サラダ油 こま油 白こま/いちごのデザート  | むきえび あさり水煮 さくらえび煮干し 玉ねぎ 人参 こぼろ しゅんぎく ひじき 切干大根 小麦粉 卵 揚げ油 片栗粉/凍み豆腐 塩わかめ 長ねぎ/葉だいこん もやし 系かつお         | ソフトパスタ 豚肉ももひき肉 大豆水煮 玉ねぎ 人参 マッシュルーム セロリ 生姜 にんにく サラダ油 バセリ 小麦粉 カレー粉 トマトピューレ トマト缶 デミグラスソース/フレンチポテト 揚げ油/ヨーグルト   |

\*献立の下には、調味料以外の使用食材を記載しています。

\*果物は気候や価格の変動により、変更になることもあります。

アレルギーがある人は十分に気をつけて食べるようにしましょう。

\*海産物には、小さなカニやエビ、貝殻等がまれに混入している場合があります。

\*揚げ油は2～3回使いまわしています。

