

2月 せつぶん 節分 しょうく ください

寒い日が続いていますが、みなさん元気に過ごしていますか？2月は一年の中で最も寒い時期です。給食では体を温める料理や、免疫力を高める食材を使ったメニューを用意しています。しっかり食べて厳しい冬を乗り切りましょう！

今年(ことし)は2月2日が せつぶん 節分の日(ひ)です！

2月には「節分」という行事があります。今年(ことし)は2月2日が節分の日(ひ)です。節分は、季節(きせつ)の分かれ目(め)を意味(いみ)していて、実は年(とし)に4回(かい)ありますが、今(いま)では2月(がつ)の節分(せつぶん)だけが注目(ちゅうもく)されています。



豆(まめ)には「霊力(れいりょく)」があると信じ(しん)じられ、鬼(おに)（災(わざわ)いや病(びょう)気(き)）を追い払(お)うために、豆(まめ)をまく風習(ふうじゅう)があります。今年(ことし)も豆(まめ)をまいて、福(ふく)を呼び込(よ)び込み(こ)みましょう！



また最近(さいきん)では北海道(ほっかいどう)でも患方巻(えほうまき)を食べ(た)べる人が増(ふ)えています。患方巻(えほうまき)は、西日本(にしにほん)で古(ふる)くから行(な)われていた習慣(じゅうかん)で、その年(とし)の「患方(えほう)」を向(む)いて食べ(た)ることで、福(ふく)を巻(ま)き込み(こ)、運(うん)を逃(に)がさないといわ(い)れています。今年(ことし)の患方(えほう)は「西南西(せいなんせい)」です。

みなさんのお宅(たく)では豆まき(まめ)と患方巻(えほうまき)、どちら(どちら)をしま(し)ますか？福(ふく)を招(まね)き入れ(い)、寒(さむ)い冬(ふゆ)を乗り切(の)りま(き)りま(し)ょう！



ノロウイルスに注意 ⚠



インフルエンザや新型コロナウイルス感染症など多くの感染症が流行しており、冬期間はノロウイルスによる食中毒も多くなります。十分な睡眠をとり、暖かい服装を心がけ、人混みを避けることが大切です。

また、帰宅後のうがいや手洗い、部屋の加湿も効果的です。さらに、日頃から体を動かし、バランスの良い食生活を意識して、元気に過ごしましょう！

2月のよていこんだて

月 3日	火 4日	水 5日	木 6日	金 7日
ご飯 大豆フレークのすまし汁 ひじき春巻 F e ナムル	かぼちゃパン ポーククリームシチュー チキンマリネサラダ みかん	ご飯 厚揚げのカレーソース 揚げぎょうざ パイン缶詰	パスタクリームソース フレンチポテト	深川めし 味噌汁 鶏肉の照り焼き
◆白飯 ◆大豆の華フレーク、豆腐、ほうれんそう、長ねぎ、干しいたけ、醤油、清酒、食塩、かたくり粉、むろあじ、宗田、昆布 ◆ひじき春巻(豚肉、ひじき、たけのこ、人参、しょうゆ、砂糖、オイスターソース、小麦粉、植物油脂(大豆・ごま)、なたね油、揚げ油 ◆こまつな、もやし、にんじん、醤油、穀物酢、きび砂糖、唐辛子、 ごま油、白ごま	◆かぼちゃパン◆豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、パセリ、 小麦粉、バター 、サラダ油、 生乳、豆乳、チーズ、スキムミルク 、食塩、白こしょう、白ワイン、鶏がらスープ ◆鶏肉、しょうが、清酒、食塩、かたくり粉、なたね油、揚げ油、キャベツ、にんじん、きゅうり、醤油、きび砂糖、穀物酢、黒こしょう、 白ごま ◆みかん	◆白飯◆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、カレールウ、 小麦粉 、サラダ油、カレー粉、ケチャップ、中濃ソース、醤油、清酒、食塩、黒こしょう、赤ワイン、鶏がらスープ ◆ぎょうざ(豚肉、鶏肉、植物油脂(大豆)、醤油、小麦粉)、なたね油、揚げ油 ◆パイン缶詰	◆ソフトパスタ、ベーコン、こまつな、玉ねぎ、たまごたけ、 小麦粉、バター 、サラダ油、 チーズ、生乳、スキムミルク、豆乳 、白みそ、食塩、白こしょう、白ワイン、豚骨スープ ◆じゃがいも、なたね油、揚げ油、食塩、黒こしょう	◆米、おおむぎ、昆布、 あさり 、しょうが、にんじん、ごぼう、サラダ油、醤油、赤みそ、きび砂糖、清酒、みりん風調味料、本みりん、だし汁、葉だいたん、食塩 ◆厚揚げ、こまつな、白みそ、赤みそ、むろあじ、昆布 ◆鶏肉、しょうが、 小麦粉 、なたね油、揚げ油、醤油、きび砂糖、清酒、みりん風調味料、かたくり粉、 白ごま
10日	11日	12日	13日	14日
豚ミックス丼 味噌汁 いよかん	建国記念の日 	かき揚げ丼(えび入り) 味噌汁 からし和え	きつねうどん ごまポテト 洋なし缶	小松菜ピラフ 白花豆コロッケ フルーツカクテル
◆白飯、豚肉、しょうが、厚揚げ、かたくり粉、 小麦粉 、なたね油、揚げ油、玉ねぎ、たけのこ、にんじん、ピーマン、サラダ油、醤油、きび砂糖、清酒、みりん風調味料、 白ごま ◆豆腐 、塩わかめ、長ねぎ、白みそ、赤みそ、むろあじ、昆布 ◆ いよかん		◆白飯、 むきえび、あさり、さくらえび 、玉ねぎ、にんじん、ごぼう、こまつな、ひじき、切り干し大根、 小麦粉、全卵 、なたね油、揚げ油、醤油、きび砂糖、清酒、みりん風調味料、かたくり粉、むろあじ、宗田、昆布 ◆豆腐、なめこ、長ねぎ、白みそ、赤みそ、むろあじ、昆布 ◆焼き竹輪、ほうれんそう、キャベツ、醤油、きび砂糖、からし	◆ソフトめん、油揚げ、みりん風調味料、だし汁、鶏肉、つと、干しいたけ、長ねぎ、たまごたけ、ほうれんそう、醤油、きび砂糖、清酒、本みりん、穀物酢、唐辛子、むろあじ、宗田、昆布 ◆じゃがいも、なたね油、揚げ油、 白すりごま 、きび砂糖、食塩/なし缶詰	◆米、おおむぎ、 バター 、白ワイン、ベーコン、にんじん、玉ねぎ、にんにく、ホールコーン、サラダ油、黒こしょう、こまつな、食塩、醤油 ◆白花豆コロッケ(白花豆、じゃがいも、 バター 、パン粉、大豆たん白)、なたね油、揚げ油 ◆ みかん缶詰 、パイン缶詰、黄桃缶詰、なし缶詰、なつめかん缶詰、りんご、上白糖、白ワイン
17日	18日	19日	20日	21日
ご飯 さつま汁 ★とり天 ごま和え 天つゆ	豆パン ポテトスープ ★たこ焼風天ぷら 黄桃缶	豆とひき肉のカレー あさりのスパゲティサラダ	味噌ラーメン きなこポテト はっさく	たきこみいなり いわしのカリカリフライ おひたし
◆白飯 ◆鶏肉、さつまいも、豆腐、板こんにゃく、にんじん、だいこん、ごぼう、長ねぎ、しょうが、サラダ油、赤みそ、白みそ、清酒、唐辛子、むろあじ、宗田、昆布 ◆鶏肉、清酒、醤油、しょうが、にんにく、食塩、白こしょう、 全卵 、 小麦粉 、かたくり粉、ベーキングパウダー、なたね油、揚げ油 ◆こまつな、もやし、 白すりごま 、きび砂糖、醤油 ◆醤油、きび砂糖、清酒、本みりん、片栗粉	◆豆パン ◆ベーコン、じゃがいも、にんじん、玉ねぎ、パセリ、醤油、食塩、黒こしょう、白ワイン、鶏がらスープ、鳥がら ◆豆腐入りかまぼこ、 小麦粉 、ベーキングパウダー、 全卵 、なたね油、揚げ油、ケチャップ、ウスターソース、赤ワイン、きび砂糖、糸かつお、青のり ◆黄桃缶詰	◆白飯、牛肉、豚肉、玉ねぎ、にんじん、セロリ、しょうが、にんにく、いんげんまめ、パセリ、レーズン、サラダ油、 小麦粉 、カレー粉、ウスターソース、中濃ソース、ケチャップ、醤油、赤ワイン、食塩、黒こしょう、オースパイス、ナツメグ ◆ あさり 、しょうが、清酒、スパゲティ、きゅうり、にんじん、醤油、穀物酢、サラダ油、きび砂糖、白みそ、 ごま油、白ごま	◆ソフトラーメン ◆豚肉、にんにく、 白すりごま 、 白ごま 、赤みそ、白みそ、みりん風調味料、トウバンジャン、 ごま油 、醤油、清酒、しょうが、もやし、玉ねぎ、メンマ、にんじん、サラダ油、ほうれんそう、長ねぎ、くきわかめ、鳥がら、豚骨、煮干し、昆布 ◆じゃがいも、なたね油、揚げ油、きな粉、きび砂糖、食塩 ◆はっさく	◆米、おおむぎ、上白糖、穀物酢、食塩、昆布、油揚げ、にんじん、干しいたけ、ひじき、醤油、きび砂糖、清酒、みりん風調味料、 白ごま 、あまのり(焼きのり) ◆ いわしのカリカリフライ (まいわし、とうもろこし、玄米粉、米粉パン粉)、なたね油、揚げ油 ◆洋種なばな、もやし、糸かつお、醤油
24日	25日	26日	27日	28日
振替休日 	横割パンズ クリームシチューカレー風味 にしんフライ ゆでキャベツ デコボン パーベキューソース 北海道を食べようの にしんかわバーガー	ご飯 マーボー豆腐 ししゃものから揚げ 磯和え	★親子うどん スパイシーポテト パイン缶詰	チキンウインナーライス ★ほっけのごまフライ フルーツミックス
	◆横割パンズ ◆豚肉、カレー粉、セロリ、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、パセリ、 小麦粉、バター 、サラダ油、カレールウ、 生乳、豆乳、スキムミルク 、 チーズ 、食塩、白こしょう、白ワイン、鶏がらスープ ◆にしんフライ(にしん、小麦粉、パン粉、じゃがいもでん粉)、なたね油、揚げ油 ◆キャベツ ◆ デコボン ◆たまねぎ、しょうが、にんにく、醤油、ウスターソース、きび砂糖、みりん風調味料、かたくり粉	◆白飯 ◆豆腐、豚肉、しょうが、にんにく、サラダ油、にんじん、長ねぎ、干しいたけ、赤みそ、醤油、きび砂糖、清酒、 ごま油 、トウバンジャン、かたくり粉 ◆ カラフトししゃも(子持ち) 、清酒、 小麦粉 、かたくり粉、なたね油、揚げ油、醤油、きび砂糖、みりん風調味料、穀物酢 ◆こまつな、はくさい、切りのり、醤油	◆ソフトめん ◆ 全卵 、鶏肉、つと、干しいたけ、長ねぎ、ほうれんそう、たまごたけ、醤油、きび砂糖、清酒、本みりん、穀物酢、かたくり粉、唐辛子、むろあじ、宗田、昆布 ◆じゃがいも、なたね油、揚げ油、食塩、黒こしょう、カレー粉、チリパウダー、ナツメグ ◆パイン缶詰	◆米、おおむぎ、 バター 、トマト缶詰、白ワイン、カットチキンウインナー(鶏肉、豚肉)、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム、サラダ油、ケチャップ、食塩、黒こしょう ◆ほっけ、食塩、黒こしょう、清酒、 小麦粉、全卵、パン粉 、 白ごま 、なたね油、揚げ油 ◆ みかん缶詰 、パイン缶詰、りんご缶詰、黄桃缶詰、なし缶詰、上白糖

★・・・アレルギー対応立

※牛乳は毎日付きます。

※果物は予定です。産地や市場の状況で変更になる場合があります。

※給食で使用している主な食材をのせています。

(◆は献立の区切りです)

※海産物(あさり・ししゃも・しらす等)小魚・わかめなどには小さなえび・かに・貝殻が混入している場合があります。