



2がつ よていこんだてひょう



日野市立豊田小学校

日	曜日	こんだてめい		牛乳	使用食品とその働き			エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	一口メモ
		しゅしょく	しゅさい・ふくさい デザート		血や肉や骨になる 赤い仲間	熱や力の元となる 黄色の仲間	体の調子を整える 緑の仲間		
		さばのてりやき ちくせんに	牛乳 鶏肉 油揚げ さば 鶏肉		米 植物油 砂糖 ごま ごま油 こんにゃく じゃがいも	にんじん にんにく しょうが ごぼう	593 28.3	3日(火) 節分献立	
2	月	こぎつねごはん	牛乳 いわし かつお節 かまぼこ 豆腐	牛乳	米 上新粉 かたり粉 植物油 砂糖	しょうが ほくさい こまつな にんじん もやし えのきだけ ねぎ	576 23.7	3日(火) 節分献立 3日はいわしをか ば焼きにしてごは んにのせ、すまし 汁には鬼のかま ぼこをうかべま す。鬼を食べて鬼 を追い払い、一年 の無病息災を願 いたいですね。	
4	水	たかな チャーハン	牛乳 豚肉 うずら卵 豚肉 いか 大豆 きな粉 脱脂粉乳	牛乳	米 植物油 ごま油 はるさめ 砂糖	にんにく しょうが にんじん たけのこ ねぎ たかな漬 玉葱 もやし キャベツ きくらげ	564 24.2	4日(水) 熊本県の郷土食 有名な高菜を使 いました。タイ ピーエンは、春 雨、野菜、卵の 入った具だくさん スープです。	
5	木	おかかスープ ちゃづけ	牛乳 ちりめんじやこ かつお節 鶏肉 卵 ひじき 油揚げ	牛乳	米 押麦 ごま 植物油 砂糖 こんにゃく	にんじん だいこん こまつな 玉葱 椎茸 切干したいこん みかん	612 27.3	4日(水) 熊本県の郷土食 有名な高菜を使 いました。タイ ピーエンは、春 雨、野菜、卵の 入った具だくさん スープです。	
6	金	きびごはん	牛乳 生揚げ かつお節 鶏肉 あずき みそ	牛乳	米 きび 砂糖 さといも こんにゃく	しめじ だいこん キャベツ にんじん こまつな たくあん 梅ひしお ごぼう ねぎ	580 25.2	4日(水) 熊本県の郷土食 有名な高菜を使 いました。タイ ピーエンは、春 雨、野菜、卵の 入った具だくさん スープです。	
9	月	キムタクごはん	牛乳 ベーコン ししゃも こんぶ 鶏肉 豆腐 こんぶ ヨーグルト	牛乳	米 米粒麦 植物油 ごま しらたき 砂糖	にんじん キムチ たくあん はくさい えのきだけ こまつな ねぎ レモン りんご	516 21.5	6日(金) 針供養 使えない針を豆 腐などに刺して供 養します。厚揚げ を使ってます。	
10	火	きつねうどん	牛乳 茎わかめ 鶏肉 油揚げ こんぶ いか 卵	牛乳	うどん 植物油 砂糖 上新粉	キャベツ もやし にんじん 椎茸 ねぎ こまつな	600 30.2	6日(金) 針供養 使えない針を豆 腐などに刺して供 養します。厚揚げ を使ってます。	
12	木	ごはん のりのつくだに	牛乳 刻みのり ほっけ 豚肉 生揚げ みそ	牛乳	米 砂糖 植物油 こんにゃく かたり粉	ごぼう だいこん にんじん ねぎ しょうが	598 33.0	14日(土) バレンタイン ココアケーキを作 ります。	
13	金	コッペパン	牛乳 豚肉 ひよこまめ	牛乳	コッペパン オリーブ油 植物油 バター 薄力粉 砂糖	にんにく しょうが 玉葱 にんじん トマト チヤソネ キャベツ コーン	604 25.1	14日(土) バレンタイン ココアケーキを作 ります。	
14	土	パエリア	牛乳 鶏肉 いか えび 鶏肉 豆乳	牛乳	米 バター オリーブ油 植物油 ジャガイモ 上新粉 砂糖 粉糖	にんにく 玉葱 にんじん 青ビーマン 黄ビーマン マッシュルーム トマト チンゲン菜 コーン パセリ	568 22.7	14日(土) バレンタイン ココアケーキを作 ります。	
17	火	あぶたまどん	牛乳 鶏肉 油揚げ 卵 わかめ みそ	牛乳	米 砂糖 かたり粉 植物油 こんにゃく ジャガイモ	玉葱 にんじん 水菜 だいこん もやし ごぼう ねぎ	607 24.9	17日(火)～ 読書旬間 読書旬間に合わ せて『たぬきの糸 車』からたぬき 汁、『スプーンお ばさん』からブル ーベリージャム、パン ケーを作 ります。	
18	水	スパゲッティ ナポリタン	牛乳 豚肉 ベーコン 鶏肉 卵 牛乳	牛乳	スパゲッティ 植物油 マカロニ 薄力粉 上白糖	にんにく 玉葱 にんじん エリンギ 青ビーマン チンゲン菜 ブルーベリージャム	524 21.8	17日(火)～ 読書旬間 読書旬間に合わ せて『たぬきの糸 車』からたぬき 汁、『スプーンお ばさん』からブル ーベリージャム、パン ケーを作 ります。	
19	木	ごはん たくあんの きんぴら	牛乳 さわら 油揚げ 豆腐 みそ	牛乳	米 植物油 かたり粉 上新粉 砂糖 ごま ごま油 こんにゃく ジャガイモ	たくあん しょうが にんにく はくさい もやし にんじん ごぼう しめじ ねぎ	613 27.4	24日(火) セレクト フルーツ 事前にみかんか いちごのどちらか を選びます。給食 委員の児童が手 伝います。	
20	金	トマトとレンコンの いろどり ガパオライス	牛乳 豚肉 大豆 油揚げ きな粉	牛乳	米 植物油 砂糖 ごま油 アーモンド 黒砂糖	にんにく しょうが 玉葱 にんじん れんこん 青ビーマン トマト だいこん もやし 水菜	679 28.4	24日(火) セレクト フルーツ 事前にみかんか いちごのどちらか を選びます。給食 委員の児童が手 伝います。	
24	火	ポテト チーズパン	牛乳 ウィンナー チーズ ハム	牛乳	パン ジャガイモ 植物油 マヨネーズ はるさめ 砂糖 ごま油	玉葱 にんじん もやし キャベツ みかん いちご	575 21.2	24日(火) セレクト フルーツ 事前にみかんか いちごのどちらか を選びます。給食 委員の児童が手 伝います。	
25	水	ポークビーンズ ライス	牛乳 大豆 豚肉 ベーコン チーズ 生クリーム わかめ ツナ	牛乳	米 バター 植物油 ジャガイモ 薄力粉 砂糖 ごま油	にんじん 玉葱 グリンピース トマト キャベツ もやし きゅうり だいこん	681 24.7	24日(火) セレクト フルーツ 事前にみかんか いちごのどちらか を選びます。給食 委員の児童が手 伝います。	
26	木	タンメン	牛乳 豚肉 ひじき かまぼこ	牛乳	中華めん ごま油 植物油 ごま かたり粉 さつまいも 砂糖	にんにく しょうが にんじん もやし はくさい 椎茸 ねぎ にら コーン	609 20.5	24日(火) セレクト フルーツ 事前にみかんか いちごのどちらか を選びます。給食 委員の児童が手 伝います。	
27	金	ひじきピラフ	牛乳 ひじき 鶏肉 卵 こんぶ 油揚げ ベーコン 豆乳	牛乳	米 押麦 バター 砂糖 植物油 ごま油 ごま かたり粉	玉葱 青ビーマン もやし にんじん エリンギ コーン	574 21.0	24日(火) セレクト フルーツ 事前にみかんか いちごのどちらか を選びます。給食 委員の児童が手 伝います。	

*食材料等の納品の都合により献立を変更することがあります。

2月の給食目標

楽しい雰囲気づくりをしよう

《周りの人が、嫌な気分にならないように、マナーに気を付けて食べましょう》



食事中にふさわしくないことを話す



食事中に勝手に席を立つ



ふざけながら食べる



口に食べ物が入ったまま話す

ひのっ子シェフコンテスト

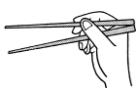
全応募作品27作品中5作品が豊田小学校の児童のものでした。

豊田小からコンテストに参加してくれた児童のレシピを生かした献立を、12月から給食で順次提供してきました。

今月は9日(月)に、豊田小からのコンテスト参加レシピ、「鶏肉と日野産野菜の栄養鍋」(レシピ内容一部改)を実施します。

20日(金)は、一小の児童が考案し、「栄養士・調理員が選ぶ特別賞」を受賞した「トマトとレンコンのいろどりガパオライス」を作ります。

4年生から応募できます。3年生から5年生の皆さん、来年度応募してみてください。

えんぴつのように、
はしを1本持ちま
す。もう1本のはしを
親指のつけ根と
薬指の先ではさみます。親指、人差し指、中指で
上のはしを動かします。
下のはしは動かしません。