



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	熱や力の元となる	体の調子を整える		
					赤い仲間	黄色の仲間	緑の仲間		
3	月	いわしの かばやきどん	はくさいのおかかあえ あげだいたず すましじる	牛乳 いわし かつお節 大豆 のり かまぼこ 豆腐	米 植物油 砂糖 片栗粉 上新粉	しょうが 白菜 ほうれん草 にんじん えのきたけ ねぎ	626 27.9	3日(月) 節分献立 4日(火) 立春献立 今年は、2日が節分、3日が立春になります。 3日はいわしをかば焼きにしてごはんにのせ、大豆を揚げます。4日の立春は、中国では春巻きを食べる習慣があるので春巻きを作ります。	
4	火	とりめし	はるまき もずくとたまごのちゅうかスープ	牛乳 鶏肉 豚肉 なたもずく 卵	米 植物油 砂糖 春雨 ごま油 片栗粉 春巻きの皮 小麦粉	にんじん たけのこ ねぎ しいたけ にんにく しょうが キャベツ えのきたけ	604 23.1		
5	水	タンメン	いかのてんぶら からいりアーモンド	牛乳 豚肉 ひじき いか 卵	中華麺 ごま油 砂糖 片栗粉 植物油 ごま 上新粉 アーモンド	にんにく しょうが にんじん もやし 白菜 しいたけ ねぎ にら コーン	598 28.1		
6	木	あぶたまどん	わかめのあえもの ためきじる	牛乳 鶏肉 卵 わかめ みそ 油揚げ	米 砂糖 片栗粉 里芋 植物油 こんにゃく	たまねぎ にんじん 水菜 だいこん きゅうり もやし ごぼう ねぎ	613 25.0		
7	金	だいたずごはん	まめあじのからあげ やさいたっぷりミルクおぞうに	牛乳 大豆 豚肉 みそ 豆腐	米 植物油 砂糖 さつまいも じゃがいも 白玉粉	しょうが ごぼう にんにく しいたけ だいこん ごまつな レモン	624 25.5		
8	土	ツナピラフ	とうふとりにくのトマトに	牛乳 豆腐 ツナ ベーコン 生クリーム	米 植物油 バター オリーブ 油 小麦粉	たまねぎ マッシュルーム ピーマン パプリカ トマト にんじん	591 25.1		
12	水	こぎつね ごはん	ぶりのてりやき ちくぜんに みかん	牛乳 鶏肉 油揚げ ぶり	米 ごま 植物油 砂糖 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 いんげん みかん	638 28.9		
13	木	スパイシー カレーやきパン	いろどりやさしいパスタ ヨーグルトアップルソース	牛乳 鶏肉 ベーコン チーズ ヨーグルト	パン 植物油 スパゲッティ オリーブ油 砂糖	たまねぎ にんじん にんにく きゅうり ブロッコリー トマト りんご レモン	614 24.0		
14	金	パエリア	レタスとトマトのスープ ココアケーキ	牛乳 鶏肉 いか えび ベーコン 卵 豆乳	米 上新粉 バター 砂糖 オリーブ油 片栗粉 植物油	にんにく たまねぎ にんじん ピーマン トマト パプリカ マッシュルーム レタス	584 22.9		
17	月	たかな チャーハン	タイピーエン いちご	牛乳 豚肉 うずらの卵 かまぼこ いか	米 ごま油 植物油 砂糖 春雨	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ねぎ 高菜漬け もやし きくらげ キャベツ たけのこ いちご	510 20.4		
18	火	クッパ	チーズダッカルビ もやしのナムル	牛乳 豚肉 鶏肉 卵 チーズ	米 砂糖 ごま ごま油 さつまいも	しょうが にんじん しめじ たけのこ ごまつな もやし ねぎ たまねぎ キャベツ	627 26.9		
19	水	ごはん たくあん の きんぴら	さけザンギ ごまあえ みそけんちんじる	牛乳 鮭 豆腐 みそ 油揚げ	米 植物油 片栗粉 砂糖 上新粉 ごま こんにゃく じゃがいも ごま油	たくあん しょうが にんにく ほうれん草 もやし もやし ねぎ ごぼう にんじん	595 28.5		
20	木	ポテトチーズ パン	パンサンサー セレクトフルーツ	牛乳 ウィンナー ハム チーズ	パン じゃがいも 春雨 植物油 ごま油 砂糖 マヨネーズ	たまねぎ にんじん もやし キャベツ きゅうり みかんかいちご	595 21.4		
21	金	ちゃめし	ししゃものいそやき どさんこおでん	牛乳 ししゃも 鶏肉 のり こんぶ つみれ ちくわ さつまいも とうもろこし	米 砂糖 じゃがいも バター	だいこん にんじん コーン	562 23.8		
25	火	かつおふりかけ ごはん	アルファーまいのライスコロケ ポイルドキャベツ とうふのみそじる	牛乳 かつお節 豚肉 卵 チーズ 豆腐 みそ 油揚げ	米 パン粉 ごま 小麦粉 バター	たまねぎ にんじん キャベツ だいこん ねぎ	628 22.4		
26	水	だいこんおろしと ツナの スパゲッティ	ひよこまめのサラダ わかったさんのプリン	牛乳 ツナ のり ひよこ豆 卵	スパゲッティ オリーブ油 植物油 砂糖	だいこん きゅうり コーン キャベツ たまねぎ	690 28.5		
27	木	チョコチップ パン	チョコリのグラタン コーンポテト わかめサラダ	牛乳 ハム チーズ わかめ ツナ	パン バター 小麦粉 砂糖 じゃがいも ごま油	白菜 にんにく コーン きゅうり キャベツ	554 25.1		
28	金	スープカレー ライス	はなやさいのガーリックあえ	牛乳 鶏肉	米 植物油 じゃがいも バター 小麦粉 オリーブ油	にんにく たまねぎ にんじん いんげん マッシュルーム ブロッコリー カリフラワー	556 20.5		

*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よう》



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33作品中7作品が豊田小学校の児童のものでした。11月、12月で4作品作り、今月は17日(金)「野菜たっぷりミルクお雑煮」、13日(木)「彩り野菜パスタ」、18日「チーズダッカルビ」を作ります。「野菜たっぷりミルクお雑煮」は、本選に選ばれ銀賞を受賞しました。4年生から応募できます。3年生から5年