

2月 網野学校給食予定献立表

令和6年1月30日
京丹後市立網野南小学校
網野学校給食センター

節分 <small>せつぶん</small> 鬼は〜外! 福は〜内! <small>おに</small> <small>そと</small> <small>ふく</small> <small>うち</small>		1日(木) エネルギー 676kcal たんぱく質 26.8g		2日(金) エネルギー 797kcal たんぱく質 30.2g					
2月3日は節分です。節分は、季節の分かれ目という意味です。もとは「立春」「立夏」「立秋」「立冬」の前日をさしていましたが、今では「立春」の前日だけを節分と呼び、この立春はお正月と同じように1年が始まる重要な日とされ、その前日の節分は大みそかと同じように特に大切にされてきました。		「福は内、鬼は外」と言いながらいり大豆をまいて鬼を追い払い、1年の幸せを願います。		冬の枝に焼いたイワシの頭を刺して戸口にさして魔除けにします。					
商売繁盛を願い、その年の恵方(歳神様のいる方角)を向いて太巻きを黙ってがぶり食べる、大阪発祥の風習です。		1日(木) エネルギー 676kcal たんぱく質 26.8g 主食 ごはん 主菜 ホキのちゃんちゃん焼き 副菜 まつまえづ 松前漬 副菜 いも団子汁 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳 北海道		2日(金) エネルギー 797kcal たんぱく質 30.2g 主食 ごはん 主菜 イワシのかば焼き 副菜 こまつな 小松菜とえのきの おひたし 副菜 さつまいものみそ汁 デザート くらめ 黒豆の砂糖がらめ 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳					
5日(月) エネルギー 702kcal たんぱく質 29.3g 主食 ごはん 主菜 チーズタッカルビ 副菜 きりぼしだいこん 切干大根のナムル 副菜 わかめのスープ 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳 世界の料理:韓国		6日(火) エネルギー 819kcal たんぱく質 32.6g 主食 げんりょう 減量ごはん 主菜 アオコの竜田揚げ 副菜 キャベツのゆかり和え 副菜 しっぽくうどん 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳		7日(水) エネルギー 682kcal たんぱく質 25.7g 主食 ちゅうかふうた こ 中華風炊き込みごはん 主菜 スタミナ炒め 副菜 だいこん 大根のみそ汁 デザート いよかん 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳 いい予感♪		8日(木) エネルギー 699kcal たんぱく質 30.7g 主食 むぎ 麦ごはん 主菜 ササミのチリソース 副菜 ごぼうの マヨネーズサラダ 副菜 さつまいものスープ 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳 は 歯の日		9日(金) エネルギー 821kcal たんぱく質 29.0g 主食 ごはん 主菜 みそチキンカツ 副菜 れんこんとエリンギの炒め物 副菜 とうふ 豆腐のすまし汁 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳 じゅけんおうえん 受験応援メニュー	
12日(月) けんこくきねん ひ 建国記念の日の ふりかえきゅうじつ 振替休日 		13日(火) エネルギー 795kcal たんぱく質 24.7g 主食 ごはん 主菜 だいこん 大根と春雨の 香味炒め 副菜 からみいた 辛味炒め 副菜 ツナと野菜のソテー デザート だいがく 大学いも 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳		14日(水) エネルギー 730kcal たんぱく質 24.3g 主食 主菜 チキンライス 副菜 フレンチサラダ 副菜 コンソメスープ デザート ショコラ蒸しパン 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳 バレンタインデー		15日(木) エネルギー 756kcal たんぱく質 25.3g 主食 ごはん 主菜 うみ はたけ 海と畑のかき揚げ 副菜 こんぶまめ 昆布豆 副菜 とうふ 豆腐のみそ汁 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳		16日(金) エネルギー 789kcal たんぱく質 32.3g 主食 とくべつさいばいまい 特別栽培米ごはん 主菜 や 焼きサバの おろしかけ 副菜 ほうれん草の和え物 副菜 せんだご汁 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳	
18日(日) 18日(日)は、授業参観日です。お弁当が必要になりますので、準備をよろしくお願いします。 19日(月)は、振替休業日です。		20日(火) エネルギー 685kcal たんぱく質 28.5g 主食 ひじきごはん (特別栽培米) 主菜 ちくわの照り煮 副菜 こまつな 小松菜のごま和え 副菜 かきたま汁 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳 たんご・食の日		21日(水) エネルギー 778kcal たんぱく質 24.8g 主食 ハヤシライス 主菜 おぎ とくべつさいばいまい (麦・特別栽培米) 副菜 じゃがいものしょう油 副菜 ドレッシング デザート いちごゼリー 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳 カレー皿・スプーン使用		22日(木) エネルギー 691kcal たんぱく質 27.4g 主食 とくべつさいばいまい 特別栽培米ごはん 主菜 しらみぎかな こや 白身魚のパン粉焼き 副菜 マセドアンサラダ 副菜 キャベツのスープ 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳		てんのうたんじょう び 天皇誕生日 	
26日(月) エネルギー 732kcal たんぱく質 26.1g 主食 ごはん 主菜 けんちん煮 副菜 しゅんぎく 春菊のごま和え 副菜 こんにやくのピリ辛煮 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳		27日(火) エネルギー 749kcal たんぱく質 25.7g 主食 ごはん 主菜 とうふ 豆腐のまさご揚げ 副菜 キャベツの昆布炒め 副菜 さわにわん 沢煮椀 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳		28日(水) エネルギー 724kcal たんぱく質 23.9g 主食 ごはん 主菜 おから入りキッシュ 副菜 だいこん 大根サラダ 副菜 ワンタンスープ 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳		29日(木) エネルギー 720kcal たんぱく質 31.5g 主食 ごもく 五目ごはん 主菜 キスのから揚げ 副菜 そくせきづ 即席漬 副菜 じゃがいものみそ汁 牛乳 ぎゅうにゅう 牛乳		2月の丹後産食材 丹後産コシヒカリ、特別栽培米、九条ねぎ、キャベツ、水菜、小松菜、さつまいも、大根、ブロッコリー、ほうれん草、にんじん、魚、大豆などを使用する予定です。 おから、豆腐、こんにやく、牛乳なども京丹後市の生産者さんが製造されたものです。	

※都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。