



が っ

た の

きゅうしょく



2月のお楽しみ給食

2月1日(木) せつぶんこんだて 節分献立

こんだて
<献立>

- いわしのかば焼き丼
- 牛乳
- さつま汁
- 節分豆



「豆まき」は節分の行事の一つです。これは鬼に例えられる悪霊や災難を家から追い払うためのものです。また、鬼は鰯の臭いを嫌がる、と言われています。そのため、節分には豆まきをし、鰯を食べると邪気祓いになるそうです。

2月2日(金) わくわく給食

♪ パンのマーチ ♪

こんだて
<献立>

- 小型パン
- 牛乳
- ミートスパゲティ
- ほうれん草とキャベツのサラダ

♪パンパン～♪

いろんなパンがたくさん登場します。美味しい楽しいパンの歌です。

2月8日(木) やわたしょくいく ひ 八幡食育の日

こんだて
<献立>

- ごはん
- 牛乳
- ほっけの塩焼き
- ごぼうのきんぴら
- 大根と白菜のみそ汁

ふくさい

副菜

しゅさい

主菜



しゅしょく

主食

しるもの

汁物

2月14日(水) バレンタイン こんだて 献立

こんだて
<献立>

- ピラフ
- 牛乳
- ABCスーフ
- チョコチップマフィン



よくかむと・・・

よくかむと、唾液がたくさん出ます。唾液には食べものや細菌を洗い流す働きもあり、むし歯や歯肉炎の予防につながります。

よくかんで食べましょう！

2月21日(水) かみかみ こんだて 献立

こんだて
<献立>

- ねぶかめし
- 牛乳
- 中華風鶏やさい汁
- はいはい漬け



切りほしたいこん だいこん ほそぎ てんぴ ほ 切干大根は大根を細切りにして天日干しにしたものです。乾燥させることで、甘味やうま味が増えて歯ごたえのある食感になります。