



月	火	水	木	金
<p>にち にち たいせつ す 1日 1日を大切に過ごそう</p>		<p>1日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②餃子春巻き ③ツナサラダ ④チンゲンサイスープ ⑤牛乳 	<p>2日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②イワシのかば焼き ③春菊のごまあえ ④沢煮椀 ⑤黒豆の砂糖がらめ ⑥牛乳 	<p>3日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②けんちん煮 ③れんこんきんぴら ④りんご ⑤牛乳
<p>6日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②じゃがマーボー ③中華サラダ ④ビタミンゼリー ⑤牛乳 	<p>7日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①黒豆ごはん ②すごもり卵 ③即席漬け ④ふのすまし汁 ⑤牛乳 	<p>8日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①麦ごはん ②ささみの青のり天ぷら ③ごぼうチップスサラダ ④キャベツのスープ ⑤牛乳 	<p>9日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ソースカツ丼 ②きのこほうれん草のソテー ③豆腐の味噌汁 ④牛乳 	<p>10日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②さばのみそ煮 ③マロニー炒め煮 ④白菜のそぼろ汁 ⑤牛乳
<p>13日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②豚肉と大根のうま煮 ③イカとねぎのぬた ④こんにゃくのおかか煮 ⑤牛乳 	<p>14日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①チキンカレーライス ②キャベツのレモンソースサラダ ③福神漬け ④プリン ⑤牛乳 	<p>15日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②チリコンカン ③ハッシュドポテト ④チキンとブロッコリーのサラダ ⑤牛乳 	<p>16日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ひじきごはん ②竹輪の磯辺揚げ ③煮びたし ④豚汁 ⑤牛乳 	<p>17日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②さわらのみそマヨ焼き ③高菜炒め ④卵のふわふわスープ ⑤牛乳
<p>19日(日)</p> <ul style="list-style-type: none"> ①チキンライス ②鶏肉のから揚げ ③コーン入りサラダ ④コンソメスープ ⑤いちご ⑥牛乳 <p>1年生のリクエストこんだて</p>	<p>21日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②ツバスの甘辛がらめ ③小松菜の昆布あえ ④白菜の味噌汁 ⑤牛乳 	<p>22日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②鶏肉の南蛮だれかけ ③もやしのカレー炒め ④豆腐のすまし汁 ⑤牛乳 	<p>23日</p> <p>天皇誕生日</p>	<p>24日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①野沢菜チャーハン ②切干大根のナムル ③さつまいものスープ ④いよかん ⑤牛乳
<p>27日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①五目ごはん ②高野豆腐のうま煮 ③かつおあえ ④かきたま汁 ⑤牛乳 	<p>28日</p> <ul style="list-style-type: none"> ①ごはん ②豚肉のかりんと揚げ ③青のり粉ふき芋 ④呉汁 ⑤牛乳 	<p>1月下旬から給食週間の 取組が始まっています。 調理員さんに、 感謝の気持ちを伝える「感謝の集い」を行なっています。</p>		

2月8日 歯の日

毎月8のつく日を「歯の日」としています。今回は、「麦ごはん」と「ササミの青のりてんぷら」と「ごぼうチップスサラダ」がかみかみメニューになっています。ごぼうチップスサラダは新メニューです。かみごたえのある食品を食べましょう。かむ時は、口をとじて奥歯でかむようにしましょう。

「ごぼうチップスサラダ」はごぼうチップスとサラダは別配食になっています。サラダを盛り付けた上にごぼうチップスをのせてください。食べるときに自分で軽く混ぜてから、いただきます。

2月16日「たんご・食の日」の献立

毎月19日は「食育の日」です。京丹後市や京都府内でとれた食材を積極的に使い、地産地消を進めています。

今月は「にんじん」「白菜」「小松菜」「さつまいも」「大根」「ねぎ」が市内産・府内産の食材です。ごはんは京丹後市産の「特別栽培米」のコシヒカリです。地域でとれた食材の良さを、給食を通じて感じましょう。