

# 学校給食だより

今月の給食予定人員  
 幼稚園… 817人  
 小学校… 2,464人  
 中学校… 1,407人  
 計 … 4,688人

発行  
 赤穂市学校給食会  
 赤穂市立学校給食センター  
 TEL 48-7151・7252  
 FAX 48-1540

今月の赤穂産です

給食費口座振替日 2月10日(木)  
 再振替日 2月25日(金)  
 [通帳残高を確認のうえ前日までに]  
 入金しておいて下さい。

## 令和4年2月分学校給食献立表

日・曜	① 日 (火)	② 日 (水)	③ 日 (木)	④ 日 (金)	⑦ 日 (月)	⑧ 日 (火)	⑨ 日 (水)	⑩ 日 (木)	⑭ 日 (月)	⑮ 日 (火)	⑯ 日 (水)
こ ん だ て	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ マーメレードチキン ミニトマト	すしごはん ぎゅうにゅう すましじる いわしのカリカリあげ なっとうみそ やきのり	あぶらパン(幼中) コッペパン(小) ぎゅうにゅう クリームシチュー チキンウインナー フルーツポンチ(小) いちごジャム(小)	ごはん ぎゅうにゅう みそしる ミンチカツ ゆでキャベツ とんかつソース	ごはん ぎゅうにゅう プルコギにくじゃが もやしのごまあえ ぶどうゼリー のりふりかけ	ごはん ぎゅうにゅう だいこんじる いわしのレモンに ひねポンサラダ ぼんず	ごはん ぎゅうにゅう けんちんじる ぶたにくと うずらたまごのにこみ えだまめ	こがたパン ぎゅうにゅう コンソメスープ ハンバーグ♡ きのこソース カラフルサラダ	たきこみごはん(すくなめ) ぎゅうにゅう うどん こぎつねに ヨーグルトあえ	地場産カレーの日 むぎごはん ぎゅうにゅう チキンカレー とんかつ ゆでやさい かんぎつドレッシング	ごはん ぎゅうにゅう ゆばどん(のぐ) さわら ごぼうサラダ
ざ い り よ う	わかめ・はたてかいばしら にんじん・たまねぎ えのきだけ・ねぎ・ごま けずりぶし とりにく・マーメレード でんぶん ミニトマト	とうふ・あぶらあげ みつば・えのきだけ かまぼこ・にんじん けずりぶし・こんぶ いわしのカリカリあげ あぶら なっとう・ぶたミンチ ねぎ・みそ・ごま	ベーコン・たまねぎ じゃがいも・マッシュルーム にんじん・グリーンピース ぎゅうにゅう・なまクリーム チキンウインナー おうとうかん・パインかん みかんかん・ナタデココ	とうふ・あぶらあげ にんじん・わかめ ねぎ・みそ けずりぶし ミンチカツ・あぶら キャベツ	じゃがいも・ぎゅうにく たまねぎ・にんじん グリーンピース・こんにやく けずりぶし・コチジャン ごまあぶら・にんにく にら・やきにくのタレ もやし・にんじん・ツナ ごま・はなかつお	とりにく・だいこん にんじん・あぶらあげ とうふ・かまぼこ しめじ・ねぎ けずりぶし・こんぶ いわしのレモンに おやとりにく・もやし にんじん・キャベツ	とりにく・とうふ にんじん・さといも だいこん・ねぎ ごぼう・ほししいたけ けずりぶし ぶたにく・しろねぎ しょうが・こんにやく うずらたまご・でんぶん えだまめ	ベーコン・たまねぎ キャベツ・にんじん ホールコーンかん・セロリ マッシュルーム・パセリ チキンパイオン ♡ハンバーグ しめじ・マッシュルーム ブロッコリー・むきえだまめ にんじん・ホールコーンかん わふうドレッシング	うどん・ぎゅうにく かまぼこ・にんじん ねぎ・けずりぶし こんぶ あぶらあげ・けずりぶし ヨーグルト・おうとうかん パインかん・みかんかん カクテルゼリー	とりにく・じゃがいも たまねぎ・にんじん にんにく・カレールウ とんかつ・あぶら キャベツ・ホールコーンかん	ゆば・にんじん かまぼこ・みつば ほししいたけ・けずりぶし でんぶん・はくさい こんぶ・たけのこ さわら ごぼう・にんじん ごま・わふうドレッシング

日・曜	⑰ 日 (木)	⑱ 日 (金)	⑳ 日 (月)	㉑ 日 (火)	㉒ 日 (水)	㉓ 日 (木)	㉔ 日 (金)	㉕ 日 (月)
こ ん だ て	チョコパン ◎のむヨーグルト ポタージュ とりにくのレモンづけ キャンディチーズ	ごはん ぎゅうにゅう ワントンスープ すどり ゆでブロッコリー マヨネーズ	わかめごはん ぎゅうにゅう にくすい たこやき キャベツとちりめん じゃこのごまドレあえ ソース	ごはん ぎゅうにゅう みぞれじる さばのみそに きゅうりのすのもの	こめこパン ぎゅうにゅう ミートボールのトマトに あげしゅうまい かいそうサラダ あおじそドレッシング	ごはん ぎゅうにゅう マーボー豆腐 あげしゅうまい かいそうサラダ あおじそドレッシング	ごはん ぎゅうにゅう もやしスープ ポロニアカツ コールスローサラダ	ごはん ぎゅうにゅう もやし・キャベツ にんじん・ねぎ しょうが・はなかつお みそ・ごま・ごまあぶら スープストック ポロニアカツ・あぶら
ざ い り よ う	ベーコン・クリームコーンかん たまねぎ・にんじん パセリ・ホワイトルウ ぎゅうにゅう・なまクリーム こなチーズ・チキンパイオン とりにく・でんぶん しょうが・あぶら・ピーマン たまねぎ・にんじん パインかん・にんにく ごまあぶら ブロッコリー	ワントン・ぶたにく はくさい・もやし にんじん・ねぎ けずりぶし・こんぶ とうふ・かまぼこ あぶらあげ たこやき キャベツ・ちくわ ちりめんじゃこ にんじん ごまドレッシング	とりにく・だいこん にんじん・あぶらあげ とうふ・かまぼこ しめじ・ほししいたけ ねぎ・けずりぶし こんぶ さばのみそに きゅうり・わかめ にんじん・ごま いとかまぼこ	ミートボール・にんじん たまねぎ・さやいんげん ヤングコーンかん・トマトかん でんぶん・チキンパイオン ごぼう・こむぎこ あぶら ネーブルオレンジ	とうふ・ぶたミンチ たまねぎ・にんじん ねぎ・グリーンピース しょうが・みそ・ごまあぶら でんぶん・マーボーのもと トウバンジャン・テンメンジャン しゅうまい・あぶら かいそう・きゅうり にんじん	もやし・キャベツ にんじん・ねぎ しょうが・はなかつお みそ・ごま・ごまあぶら スープストック ポロニアカツ・あぶら にんじん・キャベツ きゅうり・ホールコーンかん コールスロードレッシング		

### 家で実践しよう 食事のマナー

家で食事をする時もマナーを守って楽しく食べましょう。

茶わんや汁わんを持って食べるのは「○」

食べながら話すのは「×」

食べながら立ち歩くのは「×」

人が嫌がる話題を出すのは「×」

給食だよりは赤穂市のホーム  
ページにも載せています。

○印は幼稚園の給食日です。

●●● 給食標語「ごはんつぶのこさず食べよう おいしくね。」 令和3年度 原小4年 谷崎 千乃 ●●●

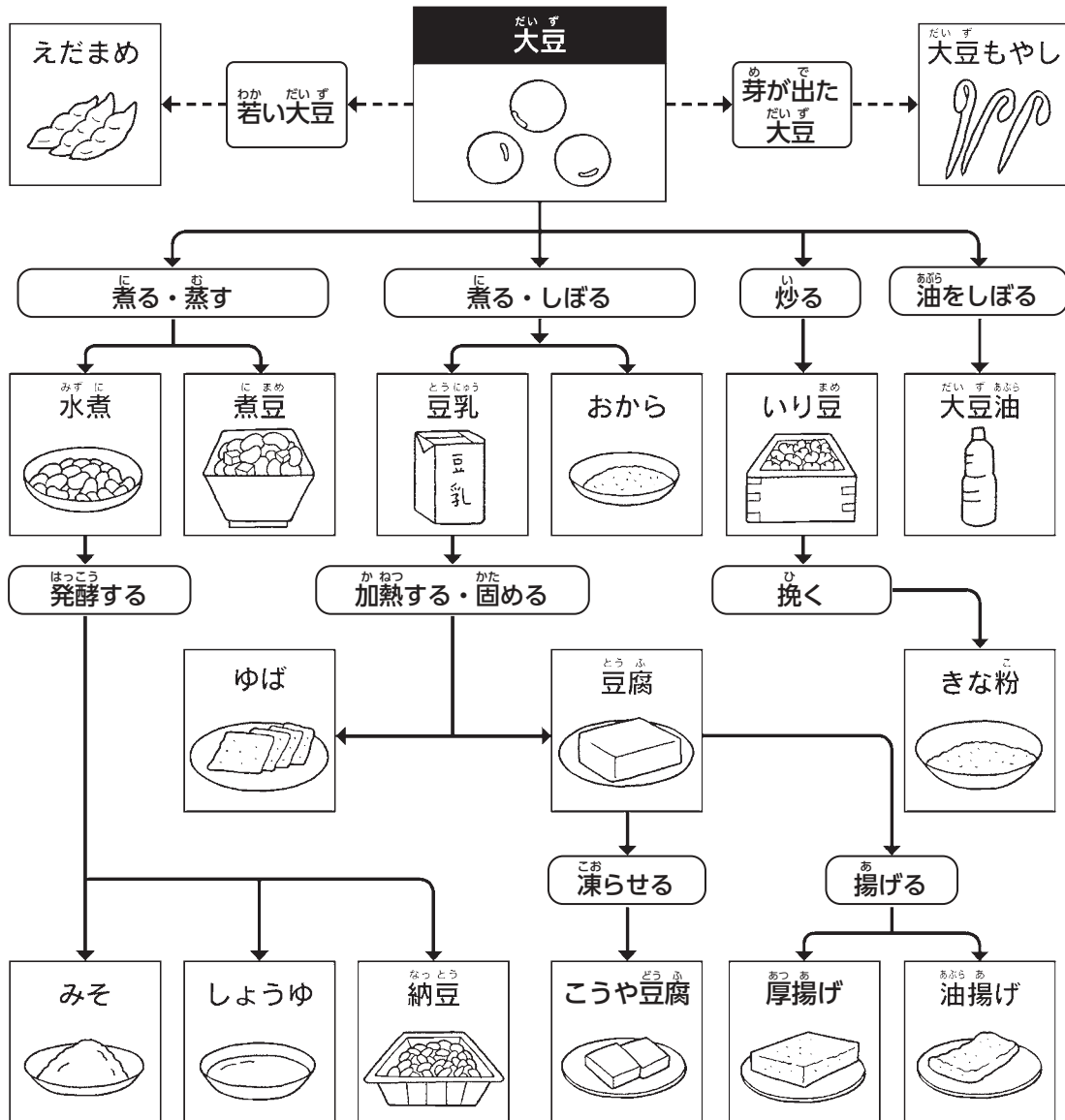
裏面もごらん下さい。

鬼は～ぞ亡～ 福は～うち～

# 2月3日は節分

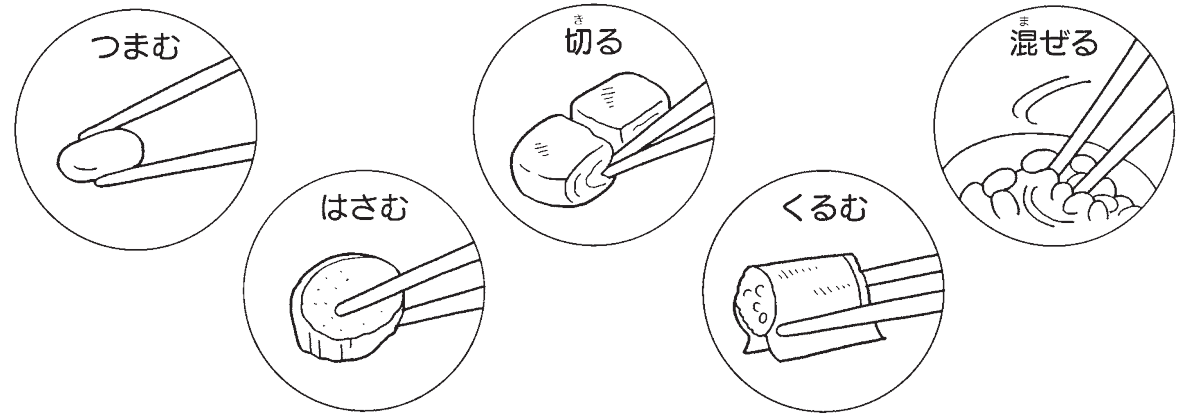
節分は立春の前日で冬から春への季節の変わり目の行事です。  
 「鬼は外、福は内」と言いながら豆をまいて災いを追い払い、福を呼び込みます。  
 また、イワシの頭をヒイラギの葉と一緒にかざり、邪気を払う習慣もあります。  
 給食では2月2日に節分メニューが登場します。  
 豆まきに使われる豆は大豆です。大豆は加工されているいろいろな食べ物に変化します。大豆の変化を紹介します。

## 姿をかえる大豆



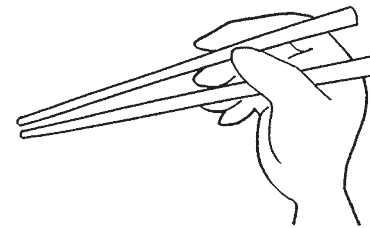
## はしを正しく持って使おう

はしを正しく持つと食べ物をつまむ・はさむ・切る・くるむ・混ぜるなどいろいろな使い方ができます。毎日の食事で正しい持ち方を身につけましょう。

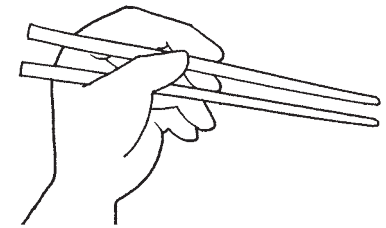


正しいはしの持ち方ができているか絵を見てかくにんしてみましょう。

<右ききの場合>



<左ききの場合>



My-Hashi

### 自分にぴったりのはしを持とう!

19.5cmのはし

親指と人さし指を直角に結んだ長さ×1.5

手首から中指までの長さ×1.2

はしは、長すぎても短すぎても使いにくいものです。自分の手に合ったはしを使いましょう。