

学校給食だより

給食予定人員
 幼稚園… 806人
 小学校… 2,448人
 中学校… 1,433人
 計 … 4,687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



給食費口座振替日 2月10日(金)
 再振替日 2月27日(月)
 (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5年2月分学校給食献立表

日・曜	① 日 (水)	② 日 (木)	③ 日 (金)	⑥ 日 (月)	⑦ 日 (火)	⑧ 日 (水)	⑨ 日 (木)	⑩ 日 (金)	⑬ 日 (月)	⑭ 日 (火)	⑮ 日 (水)
こ ん だ て	ごはん ぎゅうにゅう ぶたもやしスープ たらのレモンソース ごしきあえ	あぶらパン(幼中) コッペパン(小) ぎゅうにゅう ポトフ にくだんごの トマトにこみ チョコだいずクリーム(小)	すしごはん ぎゅうにゅう いわしのつみれじる なっとうみそ ツナサラダ てまきのり せつぶんまめ(小)	ごはん ◎のむヨーグルト えびボールスープ とりにくのレモンづけ かいそうサラダ かいそうサラダ かんきつドレッシング	ごはん ぎゅうにゅう きりぼしだいこんの みそしる ぶたにくと うずらたまごのにこみ えだまめ	ごはん ぎゅうにゅう マーボー豆腐 しゅうまい ポンカン	こめこパン ぎゅうにゅう ナポリタン ポロニアカツ てっこつサラダ いちごジャム(小中)	ごはん ぎゅうにゅう ゆばのすましじる さばのみそに はくさいのさつぱりあえ	わかめごはん ぎゅうにゅう にくじゃが いしもちのからあげ こまつなあえ	ごはん 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	ごはん ぎゅうにゅう だいこんじる ぶたにくとくろまめの あまみそがらめ ネーブルオレンジ
ざ い り よ う	ぶたにくもやし キャベツ・にんじん ねぎ・にんにく しょうが・みそ・ごま ごまあぶらはなかつお スープストック たら・でんぶん あぶら・レモンかじゅう はるさめ・ハム きゅうりにんじん ホールコーンかん・ごまあぶら	ミニウインナー・じゃがいも たまねぎ・にんじん キャベツ・セロリ チキンブイオン にくだんご・たまねぎ マッシュルーム	いわしつみれ・にんじん えのきだけ・とうふ みつば・こんぶ・けずりぶし おにかまほこ なっとう・ぶたミンチ ねぎ・ごま・みそ きゅうりにんじん ツナ・ノンエッグマヨネーズ	えびボール・はくさい にんじん・たまねぎ ほししいたけ・ねぎ しょうが・チキンブイオン とりにく・でんぶん あぶら・レモンかじゅう かいそう・わかめ きゅうりにんじん	きりぼしだいこん にんじん・あぶらあげ とうふ・たまねぎ・ねぎ わかめ・けずりぶし みそ 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	とうふ・ぶたミンチ たまねぎ・にんじん ねぎ・しょうが・みそ でんぶん・マーボーのもと ごまあぶら・トウバンジャン テンメンジャン しゅうまい ポンカン	スパゲティ・たまねぎ にんじん・ぎゅうミンチ チキンウインナー・パセリ マッシュルーム・にんにく トマトかん ポロニアカツ・あぶら ひじき・にんじん きゅうり・いとかまほこ サイノメチーズ・ごま ノンエッグごまドレッシング	ゆば・にんじん かまほこ・みつば えのきだけ・けずりぶし こんぶ さばのみそに はくさい・にんじん ハム・ゆずかじゅう	じゃがいも・ぎゅうにく たまねぎ・にんじん いとこんにやく・まるてん けずりぶし いしもち・あぶら こまつな・ごま はなかつお・ツナ いとかまほこ・にんじん	♡マカロニ・ベーコン たまねぎ・キャベツ にんじん・セロリ パセリ・チキンブイオン ♡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 ネーブルオレンジ	とりにく・だいこん にんじん・あぶらあげ とうふ・かまほこ しめじ・ねぎ こんぶ・けずりぶし ぶたにく・くろまめ ごま・でんぶん・みそ しょうが・にんにく あぶら ネーブルオレンジ
日・曜	⑬ 日 (木)	⑭ 日 (金)	⑯ 日 (月)	⑰ 日 (火)	⑱ 日 (水)	⑲ 日 (金)	⑳ 日 (月)	㉑ 日 (火)	㉒ 日 (水)	㉓ 日 (金)	㉔ 日 (火)
こ ん だ て	チョコチップパン ぎゅうにゅう カレーうどん ポークウインナー ゆでブロッコリー あおじそドレッシング	ごはん ぎゅうにゅう にくすい さわらのゆずみそやき もやしのごまあえ	ごはん ぎゅうにゅう とりじる キムタク わふうポテトサラダ	AKB献立 ごはん ◎のむヨーグルト せとうちかいせんスープ とりにくのモロげんきあげ コロコロサラダ あじつけのり	ごはん ぎゅうにゅう かんこくふう わかめスープ ピビンバ ほうれんそうと もやしのナムル	ごはん ぎゅうにゅう さつまいものみそしる(幼) さつまいものかすじる(小中) ハタハタのからあげ ひねポンサラダ のりつくだに	ごはん ぎゅうにゅう ワンタンスープ マーマレードチキン ごぼうサラダ	ごはん ぎゅうにゅう ビーフカレー ポテトとおこめの ささみカツ フルーツポンチ	むぎごはん ぎゅうにゅう ポテトとおこめの ささみカツ フルーツポンチ	むぎごはん ぎゅうにゅう ビーフカレー ポテトとおこめの ささみカツ フルーツポンチ	むぎごはん ぎゅうにゅう ビーフカレー ポテトとおこめの ささみカツ フルーツポンチ
ざ い り よ う	とりにく・うどん ちくわ・たまねぎ にんじん・にんにく カレールウ・けずりぶし ポークウインナー ブロッコリー	ぎゅうにく・とうふ はくさい・にんじん かまほこ・あぶらあげ ねぎ・けずりぶし・こんぶ さわら・ゆずかじゅう しろみそ もやし・にんじん・ツナ はなかつお・ごま	とりにく・ごぼう にんじん・だいこん かまほこ・あぶらあげ ねぎ・けずりぶし・みそ ぶたにく・キムチ たくあん・ごまあぶら じゃがいも・きゅうり ハム・はなかつお ノンエッグマヨネーズ	ぶたにく・にんにく しょうが・たごい・か ねぎ・にんじん・なると ホールコーンかん・たまねぎ たけのこ・スープストック チキンブイオン・シャンタン とりにく・でんぶん モロヘイヤ・あぶら きゅうり・ホールコーンかん さやいんげん・むきえだまめ ノンエッグごまドレッシング	わかめ・にんじん たまねぎ・えのきだけ しろねぎ・とうふ ごまあぶら チキンブイオン・にんにく ぎゅうにく・しょうが にんにく・ごま・ごまあぶら やきにくのタレ・コチジャン ほうれんそう・もやし にんじん・ごまあぶら	さつまいも・だいこん ぶたにく・にんじん こんにやく・あぶらあげ ねぎ・けずりぶし・みそ さげかす(小中) ハタハタ・でんぶん あぶら おやとりにく・もやし にんじん・キャベツ	ワンタン・ぶたにく はくさい・もやし にんじん・ねぎ ほししいたけ・チキンブイオン とりにく・でんぶん マーマレード ごぼう・にんじん ホールコーンかん・ごま わふうドレッシング	ぎゅうにく・じゃがいも たまねぎ・にんじん トマトかん・にんにく チキンブイオン・カレールウ ひよこまめ ポテトとおこめのささみカツ あぶら パインかん・おうとうかん カクテルゼリー・ナタデココ	むぎごはん ぎゅうにゅう ビーフカレー ポテトとおこめの ささみカツ フルーツポンチ	むぎごはん ぎゅうにゅう ビーフカレー ポテトとおこめの ささみカツ フルーツポンチ	むぎごはん ぎゅうにゅう ビーフカレー ポテトとおこめの ささみカツ フルーツポンチ

21日(火) AKB こんだて

AKBとは、赤穂市、上郡町、岡山県備前市の3つの市町の頭文字のことで、元気で住みよいまちづくりを進めるために「東備西播定住自立圏」を形成しています。

21日(火)はそれぞれの市町の特産品を使った給食が提供されます。

AKO (赤穂市)

KAMIGORI (上郡町)

BIZEN (備前市)

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「残飯ゼロ みんなで協力 SDGs」 令和4年度 坂越中3年 丸尾 葉愛

裏面もごらん下さい。



いろいろな豆

まめ

豆は栄養がたっぷり、食物せんいも多く、生活習慣病の予防によいといわれています。また、たくさんの種類があり、世界中で食べられています。

<p>大豆</p>	<p>いんげん豆</p>	<p>あずき</p>
<p>えんどう</p>	<p>ひよこ豆</p> <p>給食ではカレーに使うことがあります。</p>	<p>レンズ豆</p> <p>海外では定番の豆で、煮込み料理などに使われます。</p>

豆はそのまま料理に使える水煮や蒸し煮の缶詰、レトルト食品も多くあり、手軽に使えます。ぜひご家庭でも取り入れてみましょう。

いつもの料理に豆をプラス!

カレー サラダ スープ ハンバーグ



節分 (2月3日)

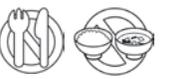


<p>大豆</p> <p>豆をまいて、悪いものを追いはらい、福をよびこみます。</p>	<p>いわし</p> <p>いわしのおいと、ひいらぎの葉のとげは、鬼がいやがるとされています。</p>	<p>恵方巻</p> <p>2023年 南南東</p> <p>その年の恵方(神様がいらっしゃる方角)を向き、無言で巻きずしにかぶりつくと、その1年は良いことがあるとされます。</p>
---	---	---

3日(金)は、節分メニューです。おたのしみに!



マナー違反に注意



マナーが守れていないと、一緒に食べている人をいやな気持ちにさせてしまうことがあります。次のようなことをするとマナー違反です。気をつけましょう。

<p>口に食べ物が入ったまま話す</p>	<p>ガチャガチャと食器の音をたてる</p>	<p>ひじをついて食べる</p>
<p>ふざけて食べる</p>	<p>食事中に席を立って歩く</p>	<p>何かをしながら食べる</p>



給食に限らず、食事のときはマナーを守って食べましょう。



はしを正しく使いましょう



<きほんのはしの持ち方>

はしの扱い方に気をつけよう

右の絵のような「はし」の使い方は危険です。正しく使うようにしましょう。

