

# 学校給食だより

令和6年  
2月

てあらい、うがいをして  
かぜを予防しましょう。



給食費口座振替日 2月13日(火)  
再振替日 2月27日(火)  
通帳残高を確認の上、前日までに入金しておいてください。

日(曜日)	こんだて	エネルギーになる (からだをうごかす)	あか からだをつくる	みどり からだのちようしをととのえる (からだをまもる)
1 (木)	あぶらパン(幼中) パン(小) ぎゅうにゅう ポトフ にくだんごのトマトにこみ スライスチーズ(小)	パン・グラニューとう・あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ミニウインナー ぶたにく・とりにく	たまねぎ・にんじん・セロリ たまねぎ・しめじ マッシュルーム
2 (金)	すしごはん ぎゅうにゅう つみれじる なっとうみそ ツナサラダ てまきのり	ごはん ごま ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう つみれ・とうふ けずりぶし・こんぶ なっとう・ぶたにく・みそ ツナ てまきのり	にんじん・だいこん・えのき みつば ねぎ きゅうり・にんじん
5 (月)	ごはん のむヨーグルト みそもやしスープ とりにくのレモンづけ あおじそふうかいそうサラダ	ごはん ごま・ごまあぶら でんぶん・あぶら	のむヨーグルト(プレーン) はなかつお・みそ とりにく かいそう・わかめ	もやし・キャベツ・にんじん ねぎ・にんにく・しょうが レモンかじゅう きゅうり・にんじん
6 (火)	むぎごはん ぎゅうにゅう カレー とんかつ フルーツポンチ	ごはん・むぎ じゃがいも パンこ・あぶら カクテルセラー	ぎゅうにゅう ひよこまめ ぶたにく	たまねぎ・にんじん・トマト にんにく おうとう・パイン ナタデココ
7 (水)	ごはん ぎゅうにゅう マーボーとうふ しゅうまい(小中2コ) ポンカン	ごはん でんぶん・ごまあぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう とうふ・ぶたミンチ みそ ぶたにく・とりにく	たまねぎ・にんじん・しょうが ねぎ たまねぎ ポンカン
8 (木)	こめこパン ぎゅうにゅう ナポリタン ハンバーグ ゆでキャベツ ノンエッグマヨネーズ	パン・こめこ スパゲティ ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ウインナー・ぎゅうミンチ とりにく・ぶたにく	たまねぎ・にんじん・にんにく トマト・マッシュルーム・パセリ たまねぎ キャベツ
9 (金)	ごはん のむヨーグルト みそじる さばのしおやき はくさいのさっぱりあえ	ごはん	のむヨーグルト(ブルーベリー) とうふ・あぶらあげ・わかめ けずりぶし・みそ さば ハム	にんじん・ねぎ はくさい・にんじん ゆずかじゅう
13 (火)	ごはん ぎゅうにゅう コンソメスープ とりにくのごますがけ カラフルサラダ	ごはん ごま・でんぶん ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく	たまねぎ・キャベツ・にんじん マッシュルーム・セロリ・パセリ ブロッコリー・むきえだまめ にんじん・コーン
14 (水)	ごはん のむヨーグルト だいこんじる ぶたにくとだいの あまみそがらめ ネーブルオレンジ	ごはん でんぶん・ごま・あぶら	のむヨーグルト(プレーン) とりにく・あぶらあげ・とうふ かまぼこ・けずりぶし・こんぶ だいの・ぶたにく・みそ	だいこん・にんじん・しめじ ねぎ しょうが・にんにく ネーブルオレンジ
15 (木)	パン ぎゅうにゅう カレーうどん ポークウインナー(中2コ) ブロッコリーと コーンのサラダ	パン うどん	ぎゅうにゅう とりにく・ちくわ けずりぶし ポークウインナー	たまねぎ・にんじん にんにく ブロッコリー・コーン
16 (金)	ごはん ぎゅうにゅう にくすい ししゃも(小中2コ) もやしのごまあえ	ごはん ごま	ぎゅうにゅう ぎゅうにく・とうふ・かまぼこ あぶらあげ・けずりぶし・こんぶ ししゃも ツナ・はなかつお	はくさい・にんじん・ねぎ もやし・にんじん

日(曜日)	こんだて	エネルギーになる (からだをうごかす)	あか からだをつくる	みどり からだのちようしをととのえる (からだをまもる)
19 (月)	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	ごはん ごまあぶら じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく・とうふ・かまぼこ あぶらあげ・けずりぶし・みそ ぶたにく ハム・はなかつお	にんじん・だいこん・ごぼう ねぎ キムチ・たくあん きゅうり
20 (火)	A K B 献 立 ごはん ぎゅうにゅう 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 でんぶん・あぶら ノンエッグごまドレッシング	ぎゅうにゅう ぶたにく・たこ・いか なると とりにく あじつけのり	にんじん・コーン・たまねぎ・ねぎ たけのこ・にんにく・しょうが モロヘイヤ コーン・きゅうり・にんじん
21 (水)	ごはん のむヨーグルト わかめスープ にくとうふ こまつなのおひたし	ごはん ごまあぶら ごま	のむヨーグルト(ストロベリー) わかめ・とうふ ぎゅうにく・やきとうふ いとかまぼこ・はなかつお	にんじん・たまねぎ・えのき しろねぎ・にんにく にんじん・たまねぎ・こんにゃく こまつな・もやし
22 (木)	チョコチップパン 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	パン ワンタン でんぶん ごま ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	はくさい・もやし・にんじん しいたけ・ねぎ マーマレード ごぼう・にんじん・コーン
26 (月)	ふる さと 給 食 ごはん ぎゅうにゅう こまつなのみそじる めひかりのからあげ (小中2コ) ひねポンサラダ	ごはん でんぶん・こむぎこ あぶら	ぎゅうにゅう とうふ・あぶらあげ・とりにく けずりぶし・みそ めひかり おやとりにく	こまつな・にんじん・ねぎ もやし・にんじん・キャベツ
27 (火)	ごはん ぎゅうにゅう すましじる ぶたにくと うずらたまごのこみ えだまめ	ごはん でんぶん	ぎゅうにゅう とうふ・あぶらあげ・かまぼこ けずりぶし・こんぶ ぶたにく・うずらたまご	にんじん・えのき・みつば しろねぎ・しょうが こんにゃく えだまめ
28 (水)	ごはん のむヨーグルト ぶたもやしスープ しろみざかなの レモンソース きゅうりのすのもの	ごはん ごま・ごまあぶら でんぶん・あぶら ごま	のむヨーグルト(プレーン) ぶたにく・はなかつお・みそ タラ わかめ	もやし・キャベツ・にんじん ねぎ・にんにく・しょうが レモンかじゅう きゅうり・にんじん
29 (木)	パン(幼中) あぶらパン(小) ぎゅうにゅう ビーフシチュー オムレツ スライスチーズ(中) ミルメーク(中)	パン・グラニューとう・あぶら じゃがいも・でんぶん たまご スライスチーズ(中)	ぎゅうにゅう ぎゅうにく たまご スライスチーズ(中)	たまねぎ・にんじん・トマト マッシュルーム・グリーンピース

今月の兵庫県産食材

むぎ マッシュルーム あぶらあげ(26日) とりにく(26日)  
ゆずかじゅう とうふ(26日)

今月の赤穂産食材

こめ みそ にんにく だいす ねぎ あじつけのり  
みつば こまつな(26日)

◎の食品は、業者が直接学校園へ配送します。  
給食だよりは、赤穂市のホームページにも載せています。



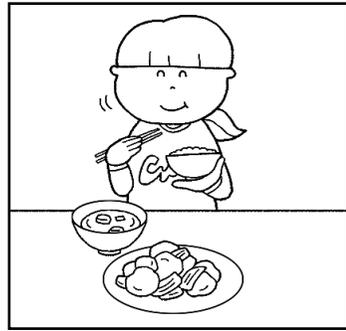
赤穂市学校給食会  
赤穂市立学校給食センター  
TEL 48-7151・7252  
FAX 48-1540



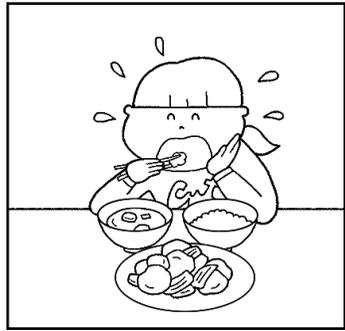
# 食事マナーを守って 楽しく食事をしましょう

食事マナーは、相手への思いやりの気持ちがあらわれたものです。マナーのよい食べ方とわるい食べ方をくらべると、どのような印象を受けますか。マナーのわるい食べ方は一緒に食べる人にいやな思いをさせてしまいます。

## <マナーのよい食べ方>

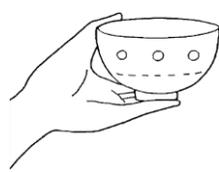


## <マナーのわるい食べ方>



## ～ 食事中に気をつけてほしいこと～

- 姿勢を正そう
- 食事のあいさつをしよう
- 食器をきちんと持とう



- かむときは口を閉じよう

(くちやくちや音をたてて食べない)



- テレビ・スマホは見ない



将来、年がはなれた人やちがう国の人など、さまざまな人と会食をする機会があると思います。その時にマナーを身につけていると、とても役に立ちます。今のうちから少しずつ身につけるようにしましょう。



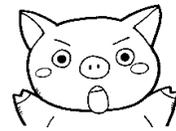
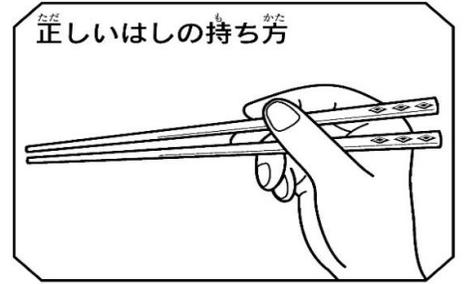
国にはそれぞれの食文化があり、  
世界にはいろいろなマナーがあるよ!



## はしづかいをマスターしよう

はしを正しく持つと、食べ物のはさみやすいため、とても食べやすくなります。

はしの使い方は、くりかえし練習することで身につきます。毎日少しずつでも上手に持てるように練習しましょう。



## はしづかいのタブー

こんなつかい方はマナー違反だよ

 さしばし	 迷いばし	 寄せばし	 涙ばし
 ねぶりばし	 はし渡し	 くわえばし	 さぐりばし

## 20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。

20日(火)はそれぞれの市町の特徴を取り入れた献立になっています。

AKO (赤穂市)



KAMIGORI (上郡町)



BIZEN (備前市)



メニュー見て! テンション上がる 四時間目!!



城西小学校2年 奥本 千晴