

令和6年2月分(Cグループ)

学校給食予定献立表

えいようさんしよく
栄養三色

食べ物のほたらきによって
3つのなかまに分けられます



じほさんしふないきん
地場産(市・府内産)を
しようこなで
使用した献立マーク



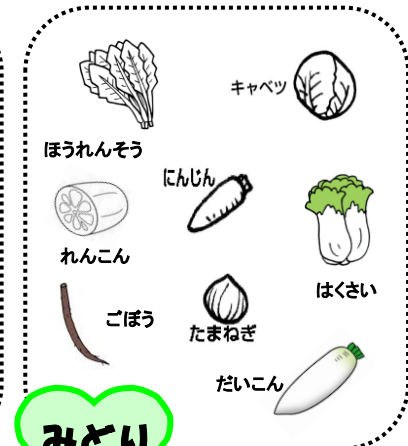
きいろ

ねつやエネルギーの
もとになる



あか

からだをつくる



みどり

からだのちよしを
ととのえる

Table with columns for 1日(木) and 2日(金), listing menu items like ごはん, 牛乳, コッペパン, and their respective energy and nutrient values.

Main menu table for days 5 through 9, detailing items like 10g減量ごはん, 食パン, ジャーマンポテト, マーボーどうふ, パンサンスー, ハヤシチュー, もやしサラダ, ワンタンスープ, and their nutritional data.

めひかりのからあげ 13日(火)
めひかりは、「アオメエソ」という小さい魚で、
大きな目が青緑色に輝いて見えることから
「めひかり」とも呼ばれるようになりました。
太平洋洋で獲れる深海魚で、水深およそ
200m~400mに生息しています。
めひかりは、身がやわらかく脂がのつてい
ます。また、骨ごと食べることができるので、
カルシウムなどの栄養素も
しっかりとることができます。

Main menu table for days 13 through 16, detailing items like コッペパン, 牛乳, ごはん, 牛乳, ごはん, 牛乳, 黒ざとうパン, and their nutritional data.

令和6年2月分(Cグループ)

学校給食予定献立表

Table with columns for dates 19日(月) through 22日(木). Each date column contains a menu with items like 'ごはん', '牛乳', 'コッペパン', and 'ケイビツ', along with their quantities and nutritional values.

Table with columns for dates 26日(月) through 29日(木). Each date column contains a menu with items like 'ごはん', '牛乳', 'コッペパン', and 'ケイビツ', along with their quantities and nutritional values.

くじら肉のケチャップソースあえ
15日(木)
昔から、くじらを食べる習慣があった日本
では、皮や内臓まで、ほとんどの部分を食用に
していました。他にも、骨を砕いて肥料にした
り、ひげは靴べらに加工するなど、全部を無駄
なく使っていました。今から50年程前までは、
給食にもよく登場していました。
しかし、世界的にくじらを捕獲しすぎた時代
があり、数が大幅に減り、捕獲が制限された
ため、くじらは大変貴重な食べ物となりました。

～学校給食ほたて提供事業について～
ほたての養殖が盛んな北海道森町では、
日本産の水産物の輸出ができなくなり、
地元の水産事業者が多くの在庫を抱えて
困っていました。そこで、森町が買い上げて、
全国の学校給食へ提供するという取り組みが
行われました。27日の「貝柱のチャウダー」の
「ほたて貝柱」は、この事業を活用して、森町
から提供されたものです。

2月1日(木)は
節分献立です

2月3日は節分です。
節分の日には、炒った大豆をまき、豆を
自分の年の数だけ(または、自分の年の数より
一つ多く)食べ、一年の健康を願います。

〇いわしを食べるのはなぜ???
いわしを焼いたときに出る強いにおいと煙で
災いを追い払う力があると考えられ、節分に
食べられます。
給食では節分の日の献立として、
「いわしのかぼやき風」と「だいずのりんかけ」が出来ます。

〇豆をまくのはなぜ???
豆を投げて邪気(病気を起こす悪い気)を
追い払い、新しい年に幸運を呼びこむ力があると
考えられていたからです。

きれいに手を洗おう
石けんを必ず使おう
手洗いの効果
●汚れを落とします。
●かぜの予防に効果があります。
●食中毒を予防します。

Table with columns for nutrients: エネルギー, たんぱく質, しじつ, ナトリウム, カルシウム, マグネシウム, 鉄, ビタミン (A, B1, B2, C), 食物せんい.

◎加工食品の配合内容については、学校にお知らせしています。
◎ただし、同一工場で製造している他製品の使用原材料については、記載しておりません。

広告
畑のつづき
JA大阪中河内
「安心・安全」な農産物を食卓に!!
JA大阪中河内農産物直売所
東大阪店: 東大阪市日下町2-3-1
長瀬店: 東大阪市菱屋西1-20-13