



月	火	水	木	金												
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>◆◆ 2月の給食目標 ◆◆</p> <p><u>手洗い・うがいをきちんとしよう。</u></p> <p>給食を食べる前には必ず手洗いをしましょう。</p> </div> <div style="margin-top: 10px;"> <p>月の平均栄養摂取量 (予定)</p> <table border="1"> <tr> <th></th> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質 (グラム)</th> </tr> <tr> <td>幼</td> <td>472</td> <td>18.1</td> </tr> <tr> <td>小</td> <td>650</td> <td>24.7</td> </tr> <tr> <td>中</td> <td>826</td> <td>30.2</td> </tr> </table> </div> <div style="margin-top: 10px;"> <p>●黄(き) ~はたらく力や体温になる~</p> <p>●赤(あか) ~からだをつくる~</p> <p>●緑(みどり) ~からだの調子をととのえる~</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛乳はあかのなかまです。 ・ごはん、パン、めん類はきいろのなかまです。 </div> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;"> <p>2月1日は せつぶんメニューです。</p> </div>					エネルギー	たんぱく質 (グラム)	幼	472	18.1	小	650	24.7	中	826	30.2	<p>1 ごはん・牛乳</p> <p>けんちんじる 赤 とうふ・とり肉・油あげ 緑 にんじん・だいこん・ごぼう</p> <p>いわしのさんぺいに 黄 さとう・でんぷん 赤 いわし</p> <p>ほうれん草のごまあえ 黄 さとう・ゴマ 緑 ほうれん草・もやし・にんじん</p> <p>せつぶんまめ (幼・小学校) 赤 だいず</p> <p>せつぶんまめ (中学校) 黄 ビーナッツ・さとう・ごむぎ 赤 だいず</p>
	エネルギー	たんぱく質 (グラム)														
幼	472	18.1														
小	650	24.7														
中	826	30.2														
<p>4 ごはん・牛乳</p> <p>さつまじる 黄 さつまいも 赤 とうふ・とり肉 緑 にんじん・ごぼう・長ねぎ・つきこん</p> <p>わかどりのごまてりやき 黄 ごま・さとう 赤 とり肉</p> <p>きんぴらごぼう 黄 ゴマ油・油・さとう・ゴマ 赤 さつまあげ 緑 ごぼう・にんじん・れんこん</p>	<p>5 クロワッサン・牛乳</p> <p>ミートボールスープ 黄 マロニー 赤 ミートボール 緑 はくさい・にんじん・長ねぎ</p> <p>チキンのトマト煮 黄 油・さとう 赤 とり肉 緑 玉ねぎ・しめじ・にんにく・トマトピューレ</p> <p>フルーツヨーグルトあえ 黄 さとう 赤 ヨーグルト 緑 みかん・パイン・もも・バナナ</p>	<p>6 ごはん・牛乳</p> <p>みそしる 黄 じゃがいも 赤 わかめ 緑 長ねぎ</p> <p>アジフライ (ソース) 黄 小麦粉・油 赤 アジ</p> <p>たまごとし 黄 さとう・油 赤 たまご・とり肉・花ちくわ 玉ねぎ・にんじん・干し椎茸・ほうれん草・ごぼう・しらたき</p>	<p>7 しお焼きそば・牛乳</p> <p>黄 めん・油 赤 ぶた肉 緑 キャベツ・玉ねぎ・もやし・にんじん・長ねぎ</p> <p>チキンのオープンやき 赤 とり肉・チーズ</p> <p>フルーツしらたま 黄 カラフルボール 緑 パイン・もも・バナナ</p> <div style="text-align: right; margin-top: 10px;"> <p>2月14日は バレンタインメニューです。</p> </div>	<p>8 ごはん・牛乳</p> <p>ハヤシライス 黄 じゃがいも 赤 ぶた肉・脱脂粉乳・ピーンスピューレ 緑 にんじん・玉ねぎ・トマトピューレ・マッシュルーム</p> <p>えだまめ 緑 えだまめ</p>												
<p>けんこく きねんの日</p>																
	<p>12 豆パン・牛乳</p> <p>パンプキンポターージュ 黄 バター 赤 クリームチーズ・牛乳 緑 玉ねぎ・かぼちゃ・パセリ</p> <p>アンサンブルエッグ 黄 ポテトフライ・さとう・でんぷん・油 赤 たまご・クリームチーズ・ベーコン・牛乳 緑 玉ねぎ</p> <p>フルーツゼリー 緑 あまなつゼリー・パイン・もも・りんご</p>	<p>13 わかめごはん・牛乳</p> <p>黄 こめ・ゴマ 赤 わかめ</p> <p>みそしる 赤 油あげ 緑 キャベツ</p> <p>ねぎたまやき (2コ) 黄 さとう 赤 たまご 緑 長ねぎ</p> <p>にくどうふ 黄 さとう・油 赤 やきどうふ・ぶた肉 緑 玉ねぎ・にんじん・つきこん</p>	<p>14 สปาゲティミートソース・牛乳</p> <p>黄 สปาゲティ・オリーブ油・バター・さとう 赤 ぶたひき肉・大豆のひき肉 緑 にんじん・にんにく・トマトピューレ・玉ねぎ</p> <p>ハートのミートコロック 黄 じゃがいも・小麦粉・油 赤 とり肉・ぶた肉 緑 玉ねぎ</p> <p>バレンタインデザート 黄 さとう 赤 豆乳</p>	<p>15 ビビンバ丼・牛乳</p> <p>黄 こめ・さとう・ゴマ・ごま油 赤 ぶた肉 緑 ほうれん草・にんじん・もやし・ぜんまい・にんにく</p> <p>わかめスープ 黄 ゴマ 赤 わかめ・とうふ 緑 たけのこ・長ねぎ</p> <p>ヨーグルト  黄 さとう 赤 脱脂粉乳</p>												
<p>18 ごはん・牛乳</p> <p>いもだんごじる 黄 いももち 赤 とり肉・油あげ 緑 にんじん・だいこん・ごぼう</p> <p>クローヨウ 黄 でんぷん・油・じゃがいも・さとう 赤 ぶた肉 緑 にんじん・玉ねぎ・たけのこ</p> <p>はくさいのしらすあえ 赤 しらす 緑 はくさい</p>	<p>19 こくとうパン・牛乳</p> <p>もずくスープ 黄 でんぷん 赤 とうふ・もずく・たまご 緑 長ねぎ・にんじん</p> <p>にくだんご (2コ) 黄 小麦粉 赤 とり肉・ぶた肉 緑 玉ねぎ</p> <p>ジャーマンポテト 黄 じゃがいも・油 赤 ベーコン 緑 玉ねぎ・パセリ</p>	<p>20 ごはん・牛乳</p> <p>とんじる 黄 じゃがいも 赤 ぶた肉・とうふ 緑 玉ねぎ・にんじん・ごぼう・つきこん・だいこん・長ねぎ</p> <p>ししゃものかんろに 黄 さとう 赤 ししゃも</p> <p>きりぼしだいこん 黄 ゴマ・さとう・油 赤 さつまあげ 緑 きりぼしだいこん・にんじん・つきこん</p>	<p>21 しょうゆラーメン・牛乳</p> <p>黄 めん・さとう 赤 ぶた肉・なると 緑 ほうれん草・長ねぎ・しょうが </p> <p>はるまき 黄 油・小麦粉・はるさめ 赤 ぶた肉・ひじき 緑 キャベツ・にんじん・玉ねぎ・長ねぎ・しょうが</p> <p>フルーツあんじん 黄 杏仁豆腐 緑 パイン・みかん・もも</p>	<p>22 ごはん・牛乳</p> <p>ポークカレー 黄 じゃがいも・油 赤 ぶた肉・ピーンスピューレ・牛乳 緑 玉ねぎ・にんじん・にんにく・りんご・トマトピューレ</p> <p>かいそうサラダ 黄 ドレッシング 赤 かいそう 緑 キャベツ・きゅうり・コーン</p>												
<p>25 ひじきごはん・牛乳</p> <p>黄 こめ・油・さとう・ゴマ 赤 ひじき・だいず・油あげ 緑 にんじん</p> <p>みそしる 赤 とうふ 緑 だいこん・なめこ</p> <p>あつやきたまご 黄 さとう 赤 たまご</p> <p>肉じゃが 黄 じゃがいも・さとう 赤 ぶた肉 緑 玉ねぎ・しらたき・にんじん・いんげん</p> <p>やきプリンタルト (中学校) 黄 さとう 赤 たまご</p>	<p>26 ソフトフランスパン・牛乳</p> <p>シチュー 黄 じゃがいも 赤 牛乳・ピーンスピューレ 緑 にんじん・玉ねぎ・はくさい</p> <p>たまごまきウィンナー 黄 さとう 赤 たまご・ウィンナー</p> <p>パリパリサラダ (ドレッシング) 黄 ワンタンのかわ・油・ドレッシング 緑 キャベツ・きゅうり・にんじん</p>	<p>27 ごはん・牛乳</p> <p>みそしる 赤 とうふ・油あげ 緑 長ねぎ</p> <p>サケとチーズフライ 黄 小麦粉・油 赤 サケ・チーズ</p> <p>ひじきの五目煮 黄 油・さとう 赤 とり肉・さつまあげ・ひじき 緑 にんじん・しらたき・いんげん</p>	<p>28 あんかけうどん・牛乳</p> <p>黄 うどん・でんぷん・ごま油 赤 なると・とり肉 緑 玉ねぎ・もやし・はくさい・にんじん・きくらげ・しょうが</p> <p>ハムチーズカツ 黄 油 赤 ぶた肉・とり肉・チーズ 緑 玉ねぎ</p> <p>ほうれん草とえのきのあえもの 赤 のり 緑 えのきたけ・ほうれん草</p> <p>原宿ドッグ (中学校) 黄 さとう・米粉・チョコ 赤 たまご</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>★森町きんりん (おしまひやまかんない) でとれる食材の活用よてい★</p> <p>○米 (森町・北海道産) ○たまご ○きゅうり ○もやし</p> <p>※食材の都合により、一部変更する場合がございますので、あらかじめご了承ください。</p> </div> <div style="text-align: center; margin-top: 10px;">  </div>												

※学校給食費は、1ヵ月あたり幼稚園児で1,240円・小学生で1,520円・中学生で1,600円、森町より子育て支援策として助成されております。

また、学校給食の食材は、保護者の皆さんが毎月納入されます給食費によってまかなわれています。必ずその月の納入期限日(25日)までに納入されますようご協力よろしく申し上げます。