

令和6年

# 2月の予定献立表

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。

※アレルギー詳細献立表もあわせてご覧ください。

(行事や本日の給食のテーマ)

欠食等を表示します	
食品	体内ではたつき
あか	血や肉、骨をつくる
き	働く力や体温となる
みどり	体の調子を整える

カミカミ献立

西原町学校給食共同調理場

TEL: 945-4935

<給食目標> 食事のマナーを考えて食事しよう

<栄養目標> 健康に良い食事をしよう

※カミカミ献立・・・噛み応えのあるメニューが入っています。よく噛んで食べよう!

## 食事のマナーを見直そう!

給食時間の様子を見ると、姿勢が悪かったり、ひじをついていたり、お箸を正しく使えていないなど、気になる食べ方をしている人を見かけます。食事のマナーを守ることは、周りの人への思いやりと、自分自身の健康にもつながります。きちんとできているか見直してみよう。

**あなたの好きな給食は?**

小学6年生と中学3年生に聞いた「もう一度食べたいあの給食!」がリクエスト給食として2月・3月に登場します(^^)!

★マニク...リクエスト給食です!(^^)!

### 中3セレクト給食

02/08(木)「さばの生姜煮」or「豚の生姜焼き」  
 02/16(金)「アーサの厚焼き玉子」  
 特別編 or「厚揚げのアーサあんかけ」  
 02/22(木)「お芋の大福」or「ガトーショコラ」

1(木) 今月の給食目標は?

★コロコロめサラダ  
★トマトクリームチャウダー  
★きなこあげパン(中)  
コッペパン(小)

欠食: 幼稚園

2(金) 明日は節分!

スティックなっとう せつぶんめ  
手まさり  
手まさたまご

すめし ツナマヨ さわにわん

5(月)

きょういく  
**教育の日**  
ふりかえ  
**振替休日**



6(火) にんじんって何でよくなるの?

★アーモンド  
★はるまき  
★ホイコーロー

ごはん カニカマとわかめのちゅうかスープ

7(水) 正しいお箸の持ちかた

★アールモンド  
★はるまき  
★ホイコーロー

ごはん カニカマとわかめのちゅうかスープ

8(木) はんぺんって?

中3セレクト給食

サバのしょうががにごもくまめ

きびごはん はんぺんのすまし汁

9(金) 旧正月献立

★たんかん  
★クレープイリチー

カルシウムごはん ★ななみ汁

12(月)

けんこく きねん  
**建国記念の日**  
ふりかえ  
**振替休日**



13(火) 疲れにくい体づくり

★ごまなしミニフィッシュ  
★ちゅうかサラダ

ごはん マーボー大根

14(水) バレンタインデー

★もものタルト  
★スライスチーズ  
★タコライス

ごはん もずくとあさりのスープ

15(木) 琉球料理の日

★ちんすこう  
★ナージュシー  
★ンムてんぷら

グンボーイリチー

欠食: 幼稚園

16(金) 切干大根の栄養素

中3セレクト給食

★アーサのあつやき玉子  
★きりぼしだいごんのピリからいため

ごはん とりごぼう汁

19(月) 食育の日

★シークワーサーソルベ  
★じゃこのおかかあえ

ごはん とりとじゃがいものうまに

20(火) 人気のあげパン

★コールスロー  
★ラビオリスープ

★(幼小) あげパン(中) コッペパン

21(水) 正しく手を洗おう

★どうふしゅうまい  
★にくだんごのすぶたふういため

ごはん ちゅうかコーンスープ

22(木) よく噛むこと

中3セレクトデザート  
★おいものだいふく

★ごもくきんぴら

★わかめごはん  
★こまつなとたまごのみそ汁

23(金)

てんのう たんじょうび  
**天皇誕生日**



26(月) ごはんのスメ

★なっとう  
★アンダンスー  
★ウカライリチー

カルシウムごはん シカムドゥチ

欠食: 坂小6年・南小6年・東小6年

27(火) 大豆のパワー!

★いわしのおかか煮  
★ひじきのいり豆腐

ごはん ★とうにゅうとんじる

28(水) タイピーエンって?

★ヨーグルト

ぶたにくとれんこんのくろずいため

カルシウムごはん タイピーエン

29(木) ハチカソーグワチ

★ウムクジ  
★やさいそば  
★アンダーギー

★にんじんしりしり

欠食: 幼稚園

減塩の工夫

つま味を利かせる

酢や香味野菜、香辛料を活用する

種類のスープは残す

調味料の使い過ぎに気をつける

加工食品をとり過ぎない

★学校給食費は、毎月10日までに納めましょう。給食費の納入はお済みですか?給食費の完納にご協力ください。