

2月予定献立表

開成小学校

せつぶん だいす 節分と大豆のおはなし

せつぶん きせつ わ め いみ りつしゅん りつ か りつしゅう
節分は、「季節の分かれ目」を意味しており、もともとは「立春」「立夏」「立秋」
「立冬」の前日をさしていましたが、今では「立春」の前日だけを節分と呼んでいます。冬から春へと季節が移り変わる「立春」は、お正月と同じように1年が始まる重要な日と考えられており、その前日の節分は大みそかのような位置づけで、特に大切にされてきました。



日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量
2月	ミルクパン 牛乳	牛乳	ミルクパン			535 kcal
	担担麺	豚ひき肉、赤みそ	ちゃんぽん冷凍、すりごま、油、ねりごま	たまねぎ、チンゲンツアイ、にんじん、もやし、しょうが、にんにく	トウバンジャン、しょうゆ、酒、塩白こしとう	22.2 g
	サラダ	ツナ		きゅうり、キャベツ、トコーン	野菜いっぱいドレッシング、和風ドレッシング	19.7 g
	果物			りんご		2.0 g
3火	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん			640 kcal
	いわしフライ	いわしフライ	油			24.1 g
	サラダ	ロースハム	ごま	キャベツ、にんじん、きゅうり	エッグケアマヨネーズ	22.7 g
	豆乳入り味噌汁	鶏肉、豆乳、煮干、みそ	じやがいも	ごぼう、だいこん、にんじん、白ねぎ	水	1.6 g
	手巻き海苔	てまきのり				
4水	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん			554 kcal
	うま煮	鶏肉	じやがいも、こんにゃく、油、三温糖	たまねぎ、にんじん、えだまめ	酒、みりん、しょうゆ、	21.8 g
	野菜の磯香和え	かまぼこ、焼きのり	三温糖、ごま	ほうれんそう、もやし、きゅうり、にんじん	こいくちしょうゆ	14.2 g
	さがれんこんいりつくね	れんこんつくね				1.2 g
5木	ピザトースト 牛乳	ツナ、ベーコン、シュレットチーズ 牛乳	食パン	たまねぎ、ピーマン、コーン、マッシュルーム	ピツツアソース、ケチャップ	524 kcal
	白菜と肉団子のスープ	桜どり団子		たまねぎ、はくさい、にんじん、えのきたけ、葉ねぎ	がらスープチキン、しょうゆ、塩	24.2 g
	野菜ソテー	豚肉	油	キャベツ、にんじん、もやし、ほうれんそう	塩、こしょう、しょうゆ	20.2 g
						2.3 g
6金	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん			544 kcal
	竹輪のかば焼き風	焼き竹輪	6年生家庭科と コラボ給食	三温糖、かたくり粉	しょうゆ、酒、みりん	22.0 g
	ほうれん草とコーンの炒め物	ベーコン		油	ほうれんそう、もやし、コーン	13.8 g
	豚汁	豚肉、豆腐 みそ	こんにゃく	にんじん、だいこん、ごぼう、葉ねぎ	かつおぶし（だし）	1.8 g
9月	ピタパン 牛乳	牛乳	ピタパン			592 kcal
	シチュー	鶏肉、牛乳	じやがいも、シチューのもと	にんじん、たまねぎ、クリームコーン、コーン	塩ブイヨン	26.3 g
	サラダ	ロースハム		キャベツ、きゅうり、黄パプリカ	エッグケアマヨネーズ	27.2 g
	照り焼きチキンパーティ	照り焼きチキンパーティ				2.5 g
10火	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん			612 kcal
	豚肉と野菜の甘辛炒め	豚肉、みそ	6年生家庭科と コラボ給食	油、いりごま、ごま油、三温糖	キャベツ、たまねぎ、にんじん、にんにく	25.6 g
	ほうれん草とツナのサラダ	ツナ			ほうれんそう、きゅうり、にんじん、コーン	20.8 g
	みそ汁	豆腐、わかめ、油揚げ、みそ			ねぎ、たまねぎ	1.9 g
12木	小型ミルクパン 牛乳	牛乳	ミルクパン			544 kcal
	肉わかめうどん	豚肉、かまぼこ、わかめ	うどん冷凍、油、三温糖	たまねぎ、ごぼう、にんじん、葉ねぎ	しょうゆ、酒、かつおだしパックみりん、塩	23.3 g
	野菜のごまマヨあえ	ツナ	すりごま、	キャベツ、はくさい、にんじん、コーン	エッグケアマヨネーズ	20.4 g
	果物			いちご		2.4 g
13金	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん、			649 kcal
	ほきてんたまあげ	ほきてんぶら	油			20.0 g
	ほうれんそうとコーンのサラダ	細切りかまぼこ		ほうれんそう、もやし、にんじん、コーン	ドレッシング韓国ナムル、和風ドレッシング	21.6 g
	わかめスープ	わかめ、木綿豆腐	おたんじょう 給食		えのきたけ、たまねぎ、にんじん	1.6 g
	デザート		小さいガトーショコラ			

2月予定献立表

開成小学校

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	I補 ^キ - たんぱく質 脂質 食塩相当量
16 月	ミルクパン 牛乳	牛乳	ミルクパン			563 kcal
	スペゲティナポリタン	豚肉、ウィンナー、粉チーズ	スペゲティ、オリーブ油	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、パセリ、にんにく、トマト缶	ケチャップ、ソース、塩、こしょう	25.1 g
	海藻サラダ	ツナ、海藻サラダ	いりごま	キャベツ、きゅうり、にんじん	和風ドレッシング、青じそドレッシング	19.1 g
	チーズ	チーズ				2.4 g
17 火	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん			566 kcal
	おでんふうに	鶏肉、ミニ厚揚げ、竹輪	じゃがいも、三温糖	だいこん、にんじん、こんにゃく、えだまめ	かつおだしパック、酒、みりん、しょうゆ	24.4 g
	ツナコーンサラダ	ツナ		コーン、きゅうり、キャベツ、赤パプリカ	和風ドレッシング	15.6 g
						1.4 g
18 水	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん			678 kcal
	カツカレー冬やさいをつかつて	鶏肉、ロースとんかつ	油	にんじん、ブロッコリー、だいこん、たまねぎ、れんこん、にんじん、しめじ	カレールウ赤ワイン、ソース	23.4 g
	キャベツサラダ	ツナ		キャベツ	青じそドレッシング、しょうゆ	26.1 g
						2.1 g
19 木	食パン 牛乳	牛乳	食パン			585 kcal
	チリコンカン	豚ひき肉、ゆで大豆、ミックスピーンズ	じゃがいも、油	たまねぎ、にんじん、パセリ、にんにく、トマト缶、トマトピューレ	チャップ、赤ワイン、ソース、チリパウダー	22.9 g
	チーズ入りサラダ	チーズ		キャベツ、にんじん、コーン、きゅうり	和風ドレッシング	22.5 g
	いちごジャム		いちごジャム			2.1 g
20 金	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん			573 kcal
	白身魚の味噌マヨ焼き	ホキ、米みそ		ソテーオニオン、パセリ	エッグケアマヨネーズ、アルミカップ	24.9 g
	こんぶあえ	しおっべ	いりごま	キャベツ、きゅうり、にんじん	こいくちしょうゆ	18.2 g
	そぼろ汁	鶏ひき肉、ミニ絹厚揚げ	こんにゃく、かたくり粉	だいこん、にんじん、こねぎ	かつおだしパック、しょうゆ	1.7 g
24 火	高菜ピラフ 牛乳	豚肉、ベーコン 牛乳	ごはん、いりごま	たかな漬、たまねぎ、にんじん、コーン	しょうゆ、本みりん	551 kcal
	はるまき	春巻き	油			18.8 g
	タイピーエン	豚肉、かまぼこ	緑豆はるさめ、ごま油	はくさい、にんじん、葉ねぎ、たけのこ、干し椎茸	酒、塩、こしょう、しょうゆ	17.1 g
						1.7 g
25 水	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん			618 kcal
	揚げ魚のしょうゆがらめ	さかな	かたくり粉、小麦粉油、三温糖	しょうが	酒、本みりん、しょうゆ	24.6 g
	切り干し大根の煮物	油揚げ	こんにゃく、いりごま、三温糖、油	切干しだいこん、干し椎茸	酒、本みりん、しょうゆ	17.2 g
	みそしる	冷凍豆腐みそ	焼きふ	えのきたけ、しめじ、たまねぎ、にんじん、葉ねぎ	いりこだしパック	1.8 g
26 木	ミルクパン 牛乳	牛乳	ミルクパン			60 kcal
	タンドリーチキン	鶏肉もも、ヨーグルト		しょうが、にんにく	チャップ、カレー粉、塩	27.1 g
	ひよこ豆のサラダ	ツナ ひよこ豆		キャベツ、きゅうり、にんじん	和風ドレッシング	25.3 g
	ABCスープ	ベーコン	じゃがいも、ABCマカロニ	にんじん、たまねぎ、パセリ	ワイン、ブイヨン、塩	2.0 g
27 金	ごはん 牛乳	牛乳	ごはん			630 kcal
	酢どり	鶏肉もも	かたくり粉、油、三温糖	しょうが、にんじん、たまねぎ、たけのこ、ピーマン、パプリカ、干し椎茸	塩、酒、しょうゆ、チャップ、酢	21.0 g
	米粉麺のスープ	鶏肉	クイッティオ、ごま油	もやし、にんじん、たまねぎ、チンゲンツアイ	酒、しょうゆ、塩、こしょう	19.2 g
						1.4 g

2月6日は「のりの日」です。これは、飛鳥時代にのりが国に収められる税の一つで、そのことが「大宝律令」の中

にされています。「大宝律令」が施工された日にちなんで、毎年2月6日を「のりの日」と定められたそうです。

昔は、のりが租税の対象だったことは、のりが大変貴重な産物であったことがわかります。

今年も佐賀県有明海漁協組合から、県内の小学校、特別支援学校などに佐賀の、のりがおくられます。

