

月 火 水 木 金

2月3日節分

節分は「季節を分ける」と書くように、季節の変わり目である「立春・立夏・立秋・立冬」の前日のことを指し、特に、1年の始まりである立春の前日のことをいいます。日本でも古くから行われてきた行事で、「鬼は外、福は内」と豆をまき、自分の年の数(あるいは年の数+1粒)だけ豆を食べて、1年の健康や無事を願います。



千早赤阪村で昔から食べられてきた郷土料理が給食に登場します

3/4 じゃがいもごはん 3/5 白菜と粉豆腐の煮物

サインXにこだわったじゃがいもをごはんと一緒に煮ると塩味が火吹きになります。新しいじゃがいも、古いじゃがいもOKです。各レシピは当日のHPで。



思い出の給食アンケート

中学校3年生に卒業までにもう一度食べたいメニューをアンケートしました。人気のあったメニュー(★)を1~3月にとり入れていく予定です。

日	エネルギー	たんぱく質	脂質	メニュー
3	692 kcal	20.9 g	23.4 g	★ドライカレーライス ★ほうれんそうとくるみのサラダ ★あげじゃが★みかん ぎゅうにゅう
4	625 kcal	20.8 g	18.7 g	じゃがいもごはん ししゃものてんぷら はくさいのおひたし ごまみそじる リンゴミニゼリー
5	666 kcal	27.9 g	18.9 g	ごはん ぎゅうにゅう はくさいとこなどうふのもの さいいものごまあえ ★ぶたじる あじつけのり
6	619 kcal	22.4 g	20.8 g	★ピビンバ ぎゅうにゅう カリフラワーのネギサラダ ★レタスとたまごのスープ ★とうにゅうデザート
7	670 kcal	24.7 g	26.8 g	コッペンパン ぎゅうにゅう ミートボールのケチャップいため ブロッコリーのごまマヨあえ カボチャポタージュ ほしブルー
10	662 kcal	25.1 g	21.2 g	ごはん ぎゅうにゅう さばのみそに もやしのごまあえ すまじる いよかん
11				けんこくきねんのひ
12	582 kcal	21.0 g	18.5 g	★ごはん ぎゅうにゅう UFOあげ チンゲンサイのスープ ピリカラきゅうり ごきかなだいず ★ジョアブレン(中のみ)
13	599 kcal	25.0 g	14.9 g	わかめうどん ぎゅうにゅう おにぎり ささみのてんぷら いんげんのピーナツあえ ほしいも
14	711 kcal	27.9 g	24.6 g	ココアしょくばん ぎゅうにゅう かいばしらのクリームに ブロッコリーのソテー チョコレートデザート ハチミツマーガリン
17	672 kcal	27.4 g	20.5 g	ごはん ぎゅうにゅう ツナたまごこピーマン★ ★もやしとほろきめのスープ アンニンどうふ
18	600 kcal	26.8 g	22.1 g	クワッサン トマトとまめのスープ シーフードグラタン はっこうにゅう こまつなとしめじのソテー プロセスチーズ(中のみ)
19	603 kcal	24.2 g	15.3 g	ごはん ぎゅうにゅう ★ぶたキムチ チンゲンサイのアーモンドあえ ★わかめスープ★みかん
20	694 kcal	23.7 g	19.6 g	ごはん ぎゅうにゅう はっぱうさい ちくわのてんぷら きりばしだいのハリハリづけ ヨーグルトレーズン
21	671 kcal	24.8 g	24.3 g	コッペンパン ぎゅうにゅう ケチャップフランク キャベツのカレーソテー★ ニジソウポタージュ ミルクティーのもと
24	609 kcal	25.4 g	15.3 g	★たらこふりかけごはん いかのつけやき みかん やさしいため ぎゅうにゅう ★だいきんのみそじる
25	647 kcal	29.3 g	13.1 g	ちらしずし ぎゅうにゅう なのはなあえ あさりじる ひなあられ
26	630 kcal	26.4 g	20.4 g	はくさいラーメン ぎゅうにゅう にくだんごのもちごめおし ★ピリカラきゅうり ★だいきんいも
27	639 kcal	30.0 g	14.3 g	ごはん ぎゅうにゅう やきじゃけ まめひじき ひつつみじる きよみオレンジ
28	702 kcal	32.2 g	26.6 g	バーガーパン ぎゅうにゅう こなどうふいりハンバーグ ほうれんそうのソテー ★コーンポタージュ ヨーグルト

記載している給食日は小学校を基準としています。各校園ごとの実施日については学校たより等をご確認ください。また、エネルギー、たんぱく質、脂質は小学校中学年の量を記載しています。

月 火 水 木 金

ノロウイルスによる感染症が流行しています！

ノロウイルスはカキなどの二枚貝に存在し、生や加熱不足で食べると感染し、おう吐や下痢を引き起こします。また、感染力が非常に強く、ノロウイルスがついた手で器具や食品をさわることでも感染が広がります。手洗いをしっかりしましょう！
給食センターや配膳室では、作業ごとの手洗いはもちろん、働く人に下痢・発熱・おう吐などは無いか、家族も含めて毎日チェックをし、体調不良がある人は調理作業をしないなどの対策をしています。



Table with 7 columns (3-7) and multiple rows of food items and their quantities. Includes items like ドライカレー, あげじゃが, じゃがいもごはん, etc.

Table with 4 columns (10-14) and multiple rows of food items. Includes a large section for '建国記念の日' (National Foundation Day) with a cherry blossom illustration.

Table with 5 columns (17-21) and multiple rows of food items. Includes items like ツナたまご, ジャコビーマン, シーフードグラタン, etc.

Table with 4 columns (24-28) and multiple rows of food items. Includes items like たらこふりかけ, 野菜いため, ちらしずし(具), etc.

【栄養三色】 黄：ちからや熱になる(炭水化物、脂肪) 赤：からだをつくる(たんぱく質、ミネラル) 緑：からだの調子をととのえる(ビタミン、ミネラル、食物繊維) ★印は千早赤阪村産、☆印は河南町産です。 ※材料入荷の都合などにより内容を変更する場合があります。ご了承ください。