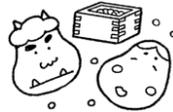




☆朝ごはんをしっかり食べましたか？
～朝食を食べて 頭も体も しゃきっと～



2月のこんだてひょう



令和5年2月 伊根小学校

月	火	水	木	金
	<p>★14日はバレンタインデー！</p> <p>バレンタインデーは、思いを伝える日です。おうちの人や、友だちに、感謝の気持ちを伝えましょう♪</p>	<p>1</p> <p>ごはん とり肉のマリネ 包み焼き 大豆の付け合わせ 冬野菜のトマトスープ</p>	<p>2</p> <p>ごはん キャベツのメンチカツ 野菜のみそ和え きり干し大根のしょうが酢和え 根菜たっぷり汁</p>	<p>3</p> <p>★節分こんだて</p> <p>いり大豆ごはん めざし(いわし) キャベツの即席づけ 沢煮椀 くだもの</p>
<p>6</p> <p>ごはん クリスピーチキン NEW! ゆかりキャベツ 炒め野菜と厚揚げのスープ オレンジゼリー</p>	<p>7</p> <p>ごはん お魚バーグ 大根のレモンドレッシング ほうれん草のみそ汁</p>	<p>8</p> <p>ごはん カミカミかき揚げ にんじんナムル 豚こんのみそ煮</p>	<p>9</p> <p>ごはん 厚揚げのピリ辛あんかけ 五目煮豆 もやしの梅じょうゆ和え とり肉のみそ汁</p>	<p>10</p> <p>ごはん 魚の西京焼き 大根の油揚げの和え物 じゃがいもと白滝の煮物</p>
<p>13</p> <p>ごはん 酢豚 春雨の中華サラダ じゃこスナック スープ</p>	<p>14</p> <p>★バレンタインデー</p> <p>ピラフ パン粉サラダ 豆・豆シチュー ★ チョコクッキー</p>	<p>15</p> <p>へしこポテトパン ポークビーンズ りんごのサラダ</p>	<p>16</p> <p>ごはん ゼリーフライ 大根とキャベツの昆布あえ 乾物のきんぴら かす汁</p>	<p>17</p> <p>ごはん 魚のみそ煮 へしこサラダ すまし汁 抹茶のパンナコッタ</p>
<p>18 (土) PTA総会</p> <p>スパイシーそぼろごはん (麦ごはん) 酢の物 春雨のお汁</p> <p>*20日(月)振替休業日</p>	<p>21</p> <p>ごはん ひき肉と豆腐のとろ煮 じゃがバター 白菜の塩昆布和え 芋づるのつくだ煮</p>	<p>22</p> <p>ごはん 魚のフライ ～タルタルソース～ じゃがいものカップ焼き ほうれん草のあさじ和え 豆腐のみそ汁</p>	<p>23</p> <p>天皇誕生日</p>	<p>24</p> <p>ごはん 野菜たっぷり糸こんにゃくチャブチェ ひじきのナムル NEW! わかめスープ くだもの</p>
<p>27</p> <p>ごはん とり肉のケチャップ煮 マカロニサラダ ジュリエンヌスープ ふラスク</p>	<p>28</p> <p>親子どんぶり キャベツの即席づけ 白菜のみそ汁 きな粉大豆</p>	<p>★2月3日は節分です！</p> <p>節分は、立春の前日で、冬から春への季節の変わり目の行事です。節分の日に「鬼は外」「福は内」のかけ声とともに豆をまくのは、「災いを払う」という意味があります。また、この日には、ひいらぎの枝にいわしの頭をさして門や軒下に立て、「邪気を払う」という習慣もあります。給食でも、大豆といわしを食べて無病息災を願います！</p>		

*献立内容は、学校行事、物資購入などの都合により、変更することがあります。ご了承ください。
*毎日、牛乳(200ml)がつきます。