

# 2月 給食カレンダー

きゅうしょく



2022年 2月  
士幌町学校給食センター

月	火	水	木	金
<p>《今月の平均栄養量》</p> <p>【小学校】 エネルギー：703kcal たんぱく質：27.2g 脂 質：22.2g 塩 分：2.9g</p> <p>【中学校】 エネルギー：817kcal たんぱく質：30.6g 脂 質：23.7g 塩 分：3.3g</p>	<p><b>1</b> 小：881キロカロリー 中：1059キロカロリー</p> <p>・あずきパン ★しほろ牛のビーフシチュー <small>ぎゅうにくは、しほろの「にくうしんこうかい」さんからいただきます</small></p> <p>・コーンフライ ・マカロニツナサラダ ・ぎゅうにゅう</p> <p>主食：あずきパン 主菜・副菜：たまねぎ・にんじん・コーン しめじ・ぎゅうにく 主菜：コーン・パンコ 副菜：マカロニ・ブロッコリー・たまねぎ にんじん・まぐろツナ・きやべつ ノンエッグマヨネーズ</p>	<p><b>2</b> 小：651キロカロリー 中：772キロカロリー</p> <p>・ごはん ・みそしる ★れんこんのはさみあげ (2こ) ・きやべつと わかめのおえもの ・ぎゅうにゅう</p> <p>主食：ごはん 汁物：じゃがいも・にんじん 副菜：れんこん・ぶたにく・たまねぎ こむぎこ・たまご 副菜：きやべつ・わかめ・かまぼこ</p>	<p><b>3</b> 小：626キロカロリー 中：688キロカロリー</p> <p>★ジャージャーめん ・もやしのナムル ・こくとうふくまめ ・ぎゅうにゅう</p> <p>主食・主菜・副菜：ちゅうかめん・ぶたにく たまねぎ・たけのこ・にんじん 副菜：もやし・こまつな・にんじん かまぼこ・ごま</p>	<p><b>4</b> 小：738キロカロリー 中：875キロカロリー</p> <p>・ごはん ・かぼちゃだんごじる ★しほろのやさいコロッケ ・ふきのみそいため ・ぎゅうにゅう</p> <p>主食：ごはん 汁物：かぼちゃもち・だいこん・にんじん ごぼう・こまつな 副菜：じゃがいも・にんじん・たまねぎ コーン・グリーンピース・パンコ 副菜：ふき・ごんにやく・にんじん さつまあげ・ぶたにく</p>
	<p><b>7</b> 小：668キロカロリー 中：800キロカロリー</p> <p>・ごはん ・みそしる ・さばのみぞれに <small>ホネごとたべられます</small> ・じゃがいもと コーンのいためもの ・ぎゅうにゅう</p> <p>主食：ごはん 汁物：はくさい・にんじん 主菜：さば・だいこん 副菜：じゃがいも・たまねぎ・コーン ペーコン</p>	<p><b>8</b> 小：697キロカロリー 中：735キロカロリー</p> <p>★クロワッサン ・コーンポタージュ ★とりのスパイスやき ・グリーンサラダ ・ぎゅうにゅう</p> <p>主食：クロワッサン 汁物：たまねぎ・にんじん・コーン ぎゅうにゅう 主菜：とりにく 副菜：きやべつ・ブロッコリー・ごま</p>	<p><b>9</b> 小：648キロカロリー 中：787キロカロリー</p> <p>★ちゅうかどんぶり ・だいこんと あおなのサラダ ◎よつば のうこうヨーグルト ・ぎゅうにゅう <small>しほろちゅうらくのうしんこうきょうぎかいさんからいただきます</small></p> <p>主食・主菜・副菜：ごはん・ぶたにく・いか はくさい・たまねぎ・にんじん たけのこ・きくらげ 副菜：だいこん・こまつな・はるさめ ごま</p>	<p><b>10</b> 小：688キロカロリー 中：734キロカロリー</p> <p>・けんちんうどん ★いももち (たれ) ・からしあえ ・ぎゅうにゅう</p> <p>主食・主菜・副菜：うどん・ぶたにく だいこん・にんじん・ながねぎ ごぼう・しめじ・さつまあげ 副菜：じゃがいも・でんぶん 副菜：きやべつ・こまつな・とりにく</p>
<p><b>14</b> 小：675キロカロリー 中：828キロカロリー</p> <p>・ごはん ・さといもじる ・しろみざかなフライ <small>すこしホネがあります</small> ★ごぼうサラダ ・ぎゅうにゅう</p> <p>主食：ごはん 汁物：さといも・たまねぎ・にんじん ごんにやく・ぶたにく 主菜：ほき・パンコ 副菜：ごぼう・きゅうり・ハム</p>	<p><b>15</b> 小：648キロカロリー 中：779キロカロリー</p> <p>・ごはん ・みそしる ・ぶたにくのしょうがやき ★はるさめいため ・ぎゅうにゅう</p> <p>今月の和食(わしょく)の日</p> <p>主食：ごはん 汁物：じゃがいも・こんぶ 主菜：ぶたにく 副菜：はるさめ・たけのこ・チャーシュー にんじん・いんげん・きくらげ</p>	<p><b>16</b> 小：850キロカロリー 中：1032キロカロリー</p> <p>・カレーライス ・ふくしんづけ ・フルーツのゼリーあえ ◎よつばミニチーズ <small>にゅうせいひんのしょうひかくだい プラスワンプロジェクトです</small> ・ぎゅうにゅう</p> <p>主食・副菜：ごはん・じゃがいも・たまねぎ にんじん・ぶたにく デザート：ゼリー・みかん・りんご パナナ・アロエ</p>	<p><b>17</b> 小：625キロカロリー 中：673キロカロリー</p> <p>★しおラーメン ★ジャンボぎょうざ ・かいそうサラダ ・ぎゅうにゅう</p> <p>主食・副菜：ラーメン・きやべつ つど・ぶたにく・ながねぎ きくらげ・メンマ・にんじん 主菜：きやべつ・たまねぎ・ぶたにく とりにく・ぎょうざのかわ 副菜：ひじき・きわかめ・こんぶ・コーン だいこん・にんじん・まぐろツナ</p>	<p><b>18</b> 小：697キロカロリー 中：827キロカロリー</p> <p>・ごはん ・ぶたじる ★みそだれにくだんご (2こ) ・はくさいのうめがつおあえ ・ぎゅうにゅう</p> <p>主食：ごはん 汁物：じゃがいも・たまねぎ・だいこん・ごぼう にんじん・ながねぎ・とうふ・ごんにやく・ぶたにく 主菜：とりにく・ぶたにく・たまねぎ パンコ・ごま 副菜：はくさい・こまつな かつおぶし・うめぼし</p>
<p><b>21</b> 小：708キロカロリー 中：846キロカロリー</p> <p>・ごはん ・みそしる ・にくどうふ ◎ぎふけんさん さつまいもコロッケ ・ぎゅうにゅう</p> <p>主食：ごはん 汁物：たまねぎ・こまつな 主菜：ぶたにく・あつあげ・にんじん しめじ・いんげん 副菜：さつまいも・パンコ</p>	<p><b>22</b> 小：675キロカロリー 中：713キロカロリー</p> <p>★ベビーパン ・きやべつスープ ★ささみのレモンふうみ ・ペンネの ミートソース煮 ・ぎゅうにゅう</p> <p>主食：ベビーパン 汁物：きやべつ・にんじん・にら 主菜：とりにく・でんぶん 副菜：ペンネ・たまねぎ・にんじん・コーン マッシュルーム・ぶたにく</p>	<p><b>23</b></p> <p>てんのう たんじょうび 天皇誕生日</p>	<p><b>24</b> 小：824キロカロリー 中：947キロカロリー</p> <p>★クリームスパゲティ ・ブロッコリーサラダ ★くろごまプリン ・ぎゅうにゅう</p> <p>主食・主菜・副菜：スパゲティ・ベーコン たまねぎ・にんじん・コーン マッシュルーム・ぎゅうにゅう スキムミルク 副菜：きやべつ・ブロッコリー・にんじん</p>	<p><b>25</b> 小：735キロカロリー 中：869キロカロリー</p> <p>・とりごぼうごはん ・みそしる ・さばのしおやき <small>すこしホネがあります</small> ・きりぼしだいこんの いために ・ぎゅうにゅう</p> <p>主食：ごはん・とりにく・ごぼう 汁物：にんじん・さつまあげ 汁物：だいこん・わかめ 主菜：さば 副菜：きりぼしだいこん・いんげん ちくわ・ひじき・ぶたにく</p>
<p><b>28</b> 小：616キロカロリー 中：740キロカロリー</p> <p>・ごはん ・みそしる ・かぼちゃ天ぷら ・だいこんの カレーそばろに ・ぎゅうにゅう</p> <p>主食：ごはん 汁物：きやべつ・にんじん 副菜：かぼちゃ・こむぎこ 副菜：だいこん・にんじん・とりにく</p>	<p>「★」じるしは… 中央中3年生の みなさんから リクエストです！</p>	<p><b>美濃市給食交流</b></p> <p>士幌町と美濃市の小学校6年生がお互いの市・町を訪問し交流を深める「美濃市・士幌町小学生フレンドシップ交流事業」が2年連続中止されたため、学校給食を通じて交流をしようと計画しました。</p> <p>美濃市産のさつまいもは、耕作放棄地を活用して2018年ごろから栽培され、中部地方にさつまいもの産地がないことから地域の産物になるように選ばれました。</p> <p>栽培している品種は「紅はるか」で、ねっとりとした食感が特徴です。21日に使用するコロッケのさつまいもは、2021年9月に収穫されたものです。</p>		