令和5年度

2月　こん立表

笠松町学校給食センター

寒い日が続いていますが、2月4日は「立春」といい、暦の上ではもうすぐ春です。
栄養バランスのよい食事で、病気に負けない丈夫な体をつくりましょう。

2月3日は節分です

節分は「季節の分かれ目」という意味があり、「立春」の前日のことをいいます。豆まきをして鬼を払い、「一年間健康で幸せに過ごせますように」と願います。また、「恵方巻き」という巻き寿司を食べる習慣があります。「恵方」とは、その年の幸運の神様「歳徳神（としとくじん）」がいる場所をさします。今年の恵方は「東北東」です。

1日(木)　小662kcal・中805kcal
- いちごジャム
- ごぼうサラダ(ド)
- ブロッコリーのマカロニグラタン
- ジュリエンヌスープ
- 食パン

2日(金)　小616kcal・中788kcal
- ほうれん草ともやしのごまあえ
- いわしのかばやきふう
- せつぶん汁
- むぎごはん

5日(月)　小676kcal・中875kcal
- 小ロンボウ
- バンサンスー
- マーボー豆ふ
- むぎごはん

6日(火)　小624kcal・中797kcal
- ぶた肉のしょうがやき
- きりぼし大こんのにつけ
- さといもと小まつなのみそ汁
- むぎごはん

7日(水)　小559kcal・中660kcal
- 海そうサラダ(ド)
- えびチリソース
- 五目しょうゆラーメンの汁
- 中かめん

8日(木)　小597kcal・中730kcal
- キャベツのカレーソテー
- ハンバーグのマッシュルームソース
- クラムチャウダー
- バーガーバンズ

9日(金)　小570kcal・中671kcal
- いかのこうみやき
- 肉じゃが
- 大豆のへんしんみそ汁
- なめし

12日(月)
ふりかえきゅうぎょうび
振替休業日

13日(火)　小700kcal・中795kcal
- とり肉のレモンソース
- 豆にゅうプリン
- にらたまコーンスープ
- キムチチャーハン

14日(水)　小662kcal・中837kcal
- 白さいと水なのしおこんぶあえ
- れんこんチップス
- 肉みそソース
- ソフトスパゲッティ

15日(木)　小641kcal・中784kcal
- ジャーマンポテト
- ミルメーク
- タンドリーチキン
- キャベツのスープ
- 黒パン

16日(金)　小559kcal・中718kcal
- さけのチャンチャンやき
- なばなのごまあえ
- 五目かきたま汁
- むぎごはん

19日(月)　小652kcal・中823kcal
- キャベツのゆかりあえ
- ココア豆
- ポークカレー
- むぎごはん

20日(火)　小636kcal・中802kcal
- ぎせい豆ふ
- ちくぜんに
- さつま汁
- むぎごはん

21日(水)　小615kcal・中765kcal
- いちごヨーグルトあえ
- フランクフルト
- やきそば
- 小がたコッペパン

22日(木)　小651kcal・中807kcal
- コーンサラダ(ド)
- サンドようたまごやき
- ポークビーンズ
- 黒食パン

23日(金)
てんのうたんじょうび
天皇誕生日

26日(月)　小663kcal・中786kcal
- さわらのなのはなやき
- うのはなに
- 大こんとえのきのみそ汁
- わかめごはん

27日(火)　小609kcal・中705kcal
- おん野さいサラダ(ド)
- りんご
- ビーフストロガノフ
- バターライス

28日(水)　小591kcal・中692kcal
- チンジャオロース
- はるまき
- とんこつラーメンの汁
- 中かめん

29日(木)　小688kcal・中819kcal
- ほうれんそうとエリンギのソテー
- きなこパン
- コーンシチュー
- 小がた黒パン

給食に関する情報をみることができます。

☆学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により、県・町・JAグループの一部助成を受けています。塩分量の月平均は、小学校2.6g、中学校3.1gです。