



# 2がつこんだて

給食費 口座振替日：2月13日（金）  
再振替日：2月27日（金）  
※通帳残高を確認のうえ  
前日までに入金をお願いいたします。

日	曜日	こんだて		おもなざいりょう			
				おもにからだをつくる (あか)		おもにエネルギーの もとになる (きいろ)	おもにからだのちょうしを ととのえる (みどり)
2	月	キャロット ピラフ	ポトフ ミニあげパン (きなこ) 【新メニューNO.1】 ブロッコリーとだいずのしおこうじあえ	のむヨー グルト	ウインナー、だいず	キャロットピラフ、あぶら、 ミニあげパン、しおこうじ、 じゃがいも、オリーブオイル	たまねぎ、にんじん、 キャベツ、パセリ、 ブロッコリー
3	火	ごはん	こうやどうふのもの いわしのしょうがに こまつなごま Mayo あえ せつぶんまめ (小・中・支援のみ) とうにゅうプリン (幼のみ)		こうやどうふ、ちくわ、 いわしのしょうがに、 せつぶんまめ、がんも	ごはん、さとう、ごま、 ノンエッグマヨネーズ、 とうにゅうプリン	だいこん、にんじん、 グリーンピース、こまつな
4	水	げんりょう わかめごはん	やきうどん ちくさあえ もちクリームアイス 【デザートNO.2】		ぶたにく、いか、さつまあげ、 こながつお、あぶらあげ	わかめごはん、うどん、 さとう、あぶら、ごま、 もちクリームアイス	キャベツ、たまねぎ、 にんじん、えのき、 ほうれんそう
5	木	げんりょう コッペパン	フルーツしらたま 【大おかずNO.1】 ハンバーグのてりやきソースかけ うみとはたけのサラダ	やさい ジュース	ハンバーグ、ツナ、ひじき	コッペパン、しらたまもち、 カットゼリー、かたくりこ、 あぶら、さとう	みかん、パイナップル、 りんご、キャベツ、にんじん
6	金	ごはん	ちくぜんに あげたこやき (2こ) 【新メニューNO.2】 もやしのごまあえ		とりにく、ちくわ、あつあげ、 ささみ	ごはん、さとう、あぶら、 こめこたこやき、 ごまあぶら、ごま	ごぼう、れんこん、 こんにゃく、にんじん、 もやし、きゅうり
9	月	ごはん	カレー 【大おかずNO.3】 ささみポテトカツ ブロッコリーのマリネ いよかんゼリー	のむヨー グルト	ぶたにく、ささみカツ、ツナ	ごはん、じゃがいも、あぶら、 さとう、オリーブオイル、 いよかんゼリー	たまねぎ、にんじん、 グリーンピース、ブロッコリー
10	火	ごはん	とうふチゲスープ あじのこうみゃき チンゲンサイとちくわのちゅうかあえ		ぶたにく、とうふ、みそ、 あじ、ちくわ	ごはん、あぶら、ごまあぶら、 ごま、さとう	はくさいキムチ、にんじん、 たまねぎ、にら、にんにく、 しょうが、チンゲンサイ
12	木	げんりょう こくとうパン	やさいスープ キャベツときのこのスパゲティ だいこんのイタリアンサラダ		ウインナー、ぶたにく、ツナ	こくとうパン、あぶら、 スパゲティ、オリーブオイル、 ドレッシング	にんじん、たまねぎ、 コーン、ブロッコリー、 キャベツ、しめじ、えのき、 えだまめ、だいこん
13	金	げんりょう コーンピラフ	ミネストローネ ハートのクロック ブロッコリーとだいずのサラダ チョコクレープ 【デザートNO.3】		とりにく、だいず	コーンピラフ、あぶら、 さとう、クロック、 ノンエッグマヨネーズ、 チョコクレープ	にんじん、たまねぎ、 キャベツ、しめじ、 トマト、ブロッコリー
16	月	ごはん	ポークハヤシ チキンナゲット (2こ) はくさいのゆずドレッシングあえ		ぶたにく、ささみ、 チキンナゲット	ごはん、あぶら、 ドレッシング	たまねぎ、にんじん、 マッシュルーム、 グリーンピース、はくさい
17	火	ごはん	マーボーどうふ 【大おかずNO.2】 あげシューマイ (幼・小-2こ、中-3こ) つばづけあえ		とうふ、ぶたにく、みそ、 シューマイ	ごはん、あぶら、さとう、 かたくりこ、ごま	しょうが、たまねぎ、 にんじん、しろねぎ、 つばづけ、きゅうり
18	水	ごはん	ぶたどん あつやきたまご ほうれんそうのごま Mayo あえ		ぶたにく、あつやきたまご、 ウインナー	ごはん、さとう、 かたくりこ、ごま、 ノンエッグマヨネーズ	にんじん、しいたけ、 こんにゃく、たまねぎ、 ほうれんそう
19	木	コッペパン	かぼちゃシチュー ポークスティックウインナー トマトケチャップ キャベツとにんじんのサラダ	にゅう せいいん りょう	とりにく、ウインナー	コッペパン、あぶら、 さとう	にんじん、たまねぎ、 かぼちゃ、パセリ、キャベツ
20	金	ハートフル弁当の日					
24	火	ごはん	じゃがいものみそしる とりにくのレモンあえ きりぼしだいこんのわふうサラダ		あぶらあげ、わかめ、 みそ、とりにく	ごはん、じゃがいも、 かたくりこ、こむぎこ、 あぶら、さとう、ごまあぶら	たまねぎ、にんじん、 レモン、キャベツ、 きりぼしだいこん
25	水	ごはん	よしのじる やさいクロック ひじきとごぼうのいために		とりにく、とうふ、 さつまあげ、ひじき	ごはん、かたくりこ、 クロック、さとう、あぶら	にんじん、だいこん、 しろねぎ、しいたけ、 ごぼう、さやいんげん
26	木	★ピタパン	コンソメスープ ★キャベツティーヤのぐ キャベツティーヤのサラダ スライスチーズ		ベーコン、ぶたにく、 スライスチーズ	ピタパン、じゃがいも、 あぶら、ごまあぶら、 かたくりこ、さとう、 オリーブオイル	にんじん、たまねぎ、 ブロッコリー、パセリ、 キャベツ、にんにく、 きゅうり、コーン
27	金	ごはん	ひめじおでん ほうれんそうともやしのあまずあえ やきプリンタルト 【デザートNO.1】		ぎゅうにく、あつあげ、 ちくわ、ささみ	ごはん、あぶら、さとう、 やきプリンタルト	だいこん、にんじん、 こんにゃく、しょうが、 ほうれんそう、もやし

★は新メニュー、🍷はよくかんで食べてほしいメニューです。

小野市立学校給食センター：TEL 63-1026 FAX 63-4442

## 2月3日は節分

節分とは「季節の分かれ目」のこと。邪気が入りやすいとされるため、玄関に焼いたイワシの頭を柵の枝に刺したものを飾り、豆まきをして鬼を追ひ払います。ちなみに鬼は焼いたイワシのニオイが苦手だそうです。イワシを食べて、体の中の邪気を追ひ払いましょう！

## おのっこ産クッキングコンテスト

今年度開催された「第11回おのっこ産クッキングコンテスト」では、キャベツを使った朝食レシピをテーマに、たくさんのレシピの応募がありました。その中から選ばれた小野南中学校8年2組松尾悠生さんの献立が26日（木）の給食に登場します。

給食では、トルティーヤの代わりにピタパンが出ます。半分に割って、ポケットの中に具を入れて食べましょう。給食だよりには作り方を載せていますので、作ってみてくださいね！

こんげつしよう おのしきさん しょうきさい  
今月使用する小野市産の食材

キャベツ

2月のおもな旬の食材

だいこん

いわし

いよかん

ごぼう

	小学校	中学校
エネルギー kcal	617	766
たんぱく質 g	23.0	27.7