



2月

こんだてよていひょう

☆は、個包装の食品です。
牛乳は、毎日つきます。



秋田市立泉小学校

月	火	水	木	金
☆2月の給食目標「食後は静かに休もう」: <低学年>食後は手早く後片付けをして静かに休む。 <中学年>食後の休養の必要性を理解する。 <高学年>消化の大切さを考えて、食後は静かに休む。 食後の静かな過ごし方を工夫する。 食べ終わったあとも、13:00までは給食時間です。教室の中で静かにすごします。				
冬の食べもの漢字クイズ りんご ほうとう 白菜 小松菜 たら 魚 菜 *ヒント* 松 林 白 牛 菜 小 鱈 菜 ※こたえは、うらを見てね				
3日	4日	5日	6日	7日
●ごはん ●いか天ぷら ☆ミニしょうゆ ●大根のカレー煮 ●もやしのみそ汁【いりこだし入り】	☆コッペパン【乳入り】 ☆チョコ大豆クリーム【乳入り】 ●スパゲティミートソース ●フルーツインゼリー	●ごはん ●煮込みハンバーグ ●野菜ソテー ●豆腐と小松菜のスープ【糸かまぼこ入り】	●麦ごはん ●プルコギ ●カクテキ ●わかめスープ	●ごはん ●マスの塩焼 ●切り干大根の含め煮【さつまあげ入り】 ●さつま汁
ぎゅうにゅう いか天ぷら 赤 とりこく あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう 赤 ぶたにく	ぎゅうにゅう ハンバーグ とうふ 赤 いとこまぼこ	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ 赤	ぎゅうにゅう マスのしおやき 赤 さつまあげ みそ
むぎごはん あぶら 黄	コッペパン チョコだいずクリーム 黄 スパゲティ あぶら アセロラジュレ	ごはん さとう でんぶん あぶら 黄	むぎごはん ごまあぶら ごま 黄 あぶら さとう	ごはん あぶら さとう さつまいも 黄
にんじん たまねぎ だいこん 緑 さやいんげん もやし	にんにく にんじん たまねぎ 緑 りんご おとう パイン	トマト キャベツ にんじん ビーマン 緑 こまつな	にんにく ながねぎ にんじん ごぼう 緑 たまねぎ ビーマン だいこん ぎゅうり えのきたけ コーン	きりぼしだいこん にんじん えだまめ 緑 にんじん ごぼう ながねぎ
10日	11日	12日	13日	14日
●ごはん ●アドボ ← フィリピン料理 ●彩りソテー ●じゃがいものみそ汁【いりこだし入り】	建国記念の日	●麦ごはん ●かつおメンチカツ ●煮びたし ●すまし汁	●麦ごはん ●ポークカレー ●ちくわのドレッシングあえ	●ごはん ●さんまの梅煮 ●五目きんぴら ●かきたま汁【いりこだし入り】
ぎゅうにゅう ぶたにく とりこく 赤 あつあげ わかめ みそ		ぎゅうにゅう かつおメンチカツ 赤 あぶらあげ とりこく とうふ	ぎゅうにゅう ぶたにく ちくわ 赤	ぎゅうにゅう さんまのうめに 赤 ぶたにく こうやどうふ たまご みそ
ごはん こんにゃく さとう あぶら 黄 じゃがいも		むぎごはん あぶら こんにゃく 黄	むぎごはん あぶら じゃがいも 黄	ごはん あぶら さとう 黄
にんにく ブロッコリー カリフラワー 緑 にんじん		はくさい にんじん しめじ こまつな 緑 ながねぎ しいたけ	しょうが にんにく たまねぎ 緑 にんじん キャベツ	ごぼう にんじん さやいんげん 緑 たまねぎ えのきたけ
17日	18日	19日	20日	21日
●麦ごはん ●いわしの蒲焼 ●山菜の含め煮 ●大根のみそ汁【いりこだし入り】	☆コッペパン【乳入り】 ☆ブルーベリージャム ●麦のクリームシチュー ●ツナサラダ	●ごはん ●ホイコーロー ●コーンスープ ☆いちごゼリー	●麦ごはん ●鶏肉のしょうが煮 ●いそ煮【さつまあげ入り】 ●白菜のみそ汁【いりこだし入り】	●ごはん ●豚肉とじゃがいもの塩こうじ煮 ●八杯豆腐 ☆のり佃煮
ぎゅうにゅう いわしのかばやき 赤 ぶたにく とうふ みそ	ぎゅうにゅう とりこく ツナ 赤	ぎゅうにゅう ぶたにく 赤	ぎゅうにゅう とりこくのしょうがに 赤 ひじき さつまあげ あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ 赤 のりつくだに
むぎごはん あぶら こんにゃく 黄 さとう	コッペパン ブルーベリージャム 黄 じゃがいも あぶら おしむぎ さとう	ごはん あぶら さとう でんぶん 黄 いちごゼリー	むぎごはん あぶら さとう こんにゃく 黄	ごはん じゃがいも さとう でんぶん 黄
ふき みず にんじん たけのこ 緑 だいこん こまつな	にんじん たまねぎ キャベツ 緑 ブロッコリー	キャベツ ビーマン ながねぎ 緑 にんにく しょうが コーン たまねぎ えのきたけ	にんじん はくさい しめじ 緑	ごぼう にんじん しいたけ たけのこ 緑 ながねぎ しょうが
24日	25日	26日	27日	28日
振替休日	☆コッペパン【乳入り】 ☆メープルジャム ●メンチカツ ●ジャーマンポテト ●春雨スープ	●麦ごはん ●ドライカレー ●野菜スープ ☆ヨーグルト	●わかめごはん ●おでん【ちくわ・さつまあげ・じゃこ・魚すり身入り】 ●もやしとベーコンのにんにく炒め	●豚こぼろ丼 ・ごはん ・豚こぼろ丼の具 ●厚揚げのみそ汁【いりこだし入り】
	ぎゅうにゅう メンチカツ ウインナー 赤 とりこく わかめ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず 赤 とりこく ヨーグルト	ぎゅうにゅう キャロットミニがんも 赤 ちくわ さつまあげ ベーコン えだまめとじゃこのげんきボール わかめごはん こんにゃく あぶら 黄	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ 赤 みそ
	コッペパン メープルジャム あぶら 黄 じゃがいも はるさめ	むぎごはん あぶら 黄	だいこん にんじん もやし 緑 コーン にんにく	むぎごはん あぶら さとう 黄 じゃがいも
	たまねぎ にんじん もやし 緑	にんにく しょうが たまねぎ にんじん 緑 ごぼう ビーマン えのきたけ チンゲンサイ		しょうが ごぼう にんじん たまねぎ 緑 しいたけ さやいんげん こまつな