

# 2月きゅうしょくはいぜんず

月	火	水	木	金
<p>寒い日でもしっかり 手洗いしましょう！</p> 			<p>1</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ひじきのいりに ごはん</p> <p>てりやきチキン (小2こ 中高3こ) さつまじる</p> <p>ミニトマト(2こ)</p>	<p>2</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ヨーグルト</p> <p>だいたいの ごもくに のりごはん</p> <p>いわしのいそべ たつたあげ けんちんじる</p>
			<p>朝御飯は一日の活動を始める大切なエネルギー源です。しっかり食べてから登校しましょう。</p>	<p>せつぶんこんだて</p> <p>節分には豆が定番ですが、いわしも鬼が嫌う物として飾ったり、食べたりする風習があります。</p>
<p>5</p> <p>きゅうぎょうび 休業日</p> 	<p>6</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ポテトサラダ ごはん</p> <p>てづくり ハンバーグ やさいスープ</p> <p>小学部6年生リクエスト</p> <p>人気メニューのハンバーグをリクエストしてくれました。味わって食べましょう。</p>	<p>7</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>バナナ ソース やきそば</p> <p>すすかけしゅうまい (小2こ 中高3こ) とうふたっぷり スープ</p> <p>中学部3年生リクエスト</p> <p>給食の焼きそばは、野菜たっぷり栄養満点です。大好きな豆腐もたくさん入っています。</p>	<p>8</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>おこめの ムース ごはん</p> <p>はくさいの おかかあえ ごまつな みそしる</p> <p>とりにくの からあげ (小2こ 中高3こ)</p>	<p>9</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>いちご (2こ) チャーハン</p> <p>れんこん サラダ みそワンドン スープ</p> <p>高等部3年1組リクエスト</p> <p>卒業まで後1か月ですね。友達や先生と食べた給食も思い出の味となることができたら、うれしいです。</p>
<p>12</p> <p>ふりかえきゅうじつ 振替休日</p> 	<p>13</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>デコボン グリーン サラダ ごめこ フォカッチャ</p> <p>チリコンカン はくさいの クリームに</p> <p>デコボンは 頭の部分がこぶのように出るのが特徴で こぶの部分「デコ」と呼びます。</p>	<p>14</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>きゅうしょく 給食なし</p> 	<p>15</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>キャベツの ひじきあえ ごはん</p> <p>さばの なんばんづけ にらたまじる</p> <p>高等部3年2組リクエスト</p> <p>いつも以上に心を込めて作ります。友達や先生と楽しんで食べてくださいね。</p>	<p>16</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>フルーツ ヨーグルト ハヤシライス</p> <p>きりぼしだいこん サラダ</p> <p>寒くなって水が冷たくなると、手洗いを簡単に済ませがちです。病気予防のためにも石けんでしっかり手を洗うことが大切です。</p>
<p>19</p> <p>りんご つぼみなの ごまあえ ふたどん (むぎごはん) おくずかけ</p> <p>きゅうにゅう</p>	<p>20</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ミルメークコー ヒー ジャーマン ポテト ココアパン</p> <p>バーベキュー チキン ミネストローネ スープ</p> <p>毎日給食に出てくる牛乳は、骨や歯を丈夫にするカルシウムがたくさん含まれています。ミルメークは、よく混ぜてから飲みましょう。</p>	<p>21</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>すきこんぶの にも ごはん</p> <p>ちくわと さつまいもの てんぷら はくさいの みそしる</p> <p>今日は2種類の天ぷらです。ちくわは小1こ中高2こです。さつまいもは小中高1こずつです。めんつゆをかけて食べてください。</p>	<p>22</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>バナナ だいたいの ナムル ごはん</p> <p>チンジャオロース ピーフンスープ</p> <p>ピーフンは、中国や台湾などのアジアで食べられています。お米から作られた麺です。</p>	<p>23</p> <p>てんのうたんじょうび 天皇誕生日</p> 
<p>26</p> <p>りんご うのはなの いりに こまつなとらすの まぜごはん</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>さわらのさいきょう みそやき なめこの みそしる</p> <p>小松菜と、なめこは栗原産です。地元の野菜をたくさん食べて農家の方を応援しましょう。</p>	<p>27</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>フレンチ サラダ しょくパン 【いちごジャム】</p> <p>カラフル オムレツ ビーフ シチュー</p> <p>今日のシチューはいつもと違って、牛肉を使って、デミグラス味にしました。みなさんはホワイトシチューとどっちが好きですか？</p>	<p>28</p> <p>いちご ヨーグルト ほうれんそうの ごまあえ ごはん</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>ほっけの しおやき おでん</p> <p>ほっけは、北海道より北の寒い地域に住んでいます。骨に注意して、よくかんで食べましょう。</p>	<p>29</p> <p>デコボン わかめとツナの サラダ ごはん</p> <p>かみかみ すぶた かぶの スープ</p> <p>かぶは今が旬の野菜です。実だけではなく、葉っぱも食べられる栄養たっぷりの野菜です。</p>	