

たのしいきゅうしょく 2月



令和3年2月の献立

美幌町学校給食センター

月	火	水	木	金
1 ごはん 豆腐かき玉汁 いわしのみぞれ煮 豚ひき肉とこんにゃくの煮物	2 節分 インディアンズパグェティ じゃが芋のミルク煮 節分福豆 今年は2日です	3 立春 たまごそぼろ丼 (ごはん/丼の具) みそワタンスープ カット温州みかんゼリー	4 ごはん 大根ときのこの味噌汁 春巻き 回鍋肉	5 ソフトフランスパン /チョコクリーム 野菜スープ 豚肉のケチャップ煮込み なめらかプリン(鉄&Ca)
8 わかめごはん ほうれん草の味噌汁 肉団子(1人2個) 鶏肉と長ねぎの甘味噌炒め	9 醤油ラーメン いかと野菜のチヂミ /パック餃子のタレ 塩むすび	10 ごはん 鱈の潮汁 唐揚げ(1人2個) ひじきの煮物	11 建国記念の日 缶入りのパンです。 缶をあけると、 手を切らないように 気を付けましょう!	12 ツナキャベツサンド (背割りコッペパン /ツナキャベツサラダ) ベーコンポタージュ お米deガトーショコラ
15 チキンカレー 福神漬け 野菜サラダ	16 けんちんうどん 焼売(1人2個) 合わせるゼリー(ナタデココ)	17 ごはん 干し貝柱の中華スープ さばの生姜煮 鶏肉とキャベツの塩だれ炒め	18 ごはん 小松菜の味噌汁 ヒレカツ(1人2個) /パックソース いかと大根の煮物	19 缶入りパン(チョコチップ味) キャベツのスープ かぼちゃグラタン 卵サラダ
22 鶏にら丼 (ごはん/丼の具) 白菜と油揚げの味噌汁 春雨サラダ	23 天皇誕生日 天皇誕生日	24 ごはん すき焼き風煮(道産和牛) 厚焼き玉子 マスカットゼリー(鉄&せんい)	25 ごはん 豆腐のくず汁 カレイの香草焼き(フライ) /パック醤油 ミルクおから	26 びほろあんぱん ミニミルクパン コーンスープ わかどり若鶏の炭火焼き ポン酢サラダ

節分と大豆のおはなし

節分は、『季節の分かれ目』を意味しており、もともとは「立春」「立夏」「立秋」「立冬」の前日をさしていましたが、今では「立春」の前日だけを節分と呼んでいます。冬から春へと季節が移り変わる「立春」は、お正月と同じように1年が始まる重要な日と考えられており、その前日の節分は大みそかのような位置づけで、特に大切にされてきました。

豆まき

節分といえば、「豆まき」です。豆まきに使うのは、いった大豆です。大豆は、お米と同じように大切な作物であり、特別な力があると考えられてきました。「鬼は外、福は内」と唱えながら家の中や出入り口にまいて、鬼=邪気をはらい、自分の年の数(または年の数+1粒)の豆を食べ、1年の幸福を祈ります。

ヤイカガシ

ヒラギの枝に、焼いたイワシの頭を刺したもので、ヒラギイワシともいいます。ヒラギの葉のトゲトゲや、イワシのにおいを鬼が嫌うとされ、家の戸口や門に飾って鬼を追い払います。豆がら(大豆を取った後の枝)を添えることもあります。

栄養価平均値	小学校	中学校
エネルギー (kcal)	667	817
たんぱく質 (g)	27.9	34.3
脂質 (g)	23.8	28.1
食塩相当量 (g)	1.64	2.23

新型コロナウイルスの状況により学校行事が変更となる場合があります。給食提供日や献立内容が変わることがあります。

このほか、9日と16日は、美幌町にある三雄産業のひでちゃん小麦(美幌産)を使用しています。牛乳は毎日付きます。


北海道より無償提供される食材

- 17日『オホーツク産干し貝柱』
- 24日『北海道産黒毛和牛』
- 25日『北海道産黒ガレイの香草焼き』

	赤の食品	黄色の食品	みどりの食品	その他(調味料)	エネルギー
1	牛乳、鶏卵、豆腐、油揚げ、いわし、豚肉	米、ごま油、砂糖、つきこんにゃく	長ねぎ、人参、えのきだけ、小松菜、大根	だし、醤油、沖縄の塩、酒、本みりん	小 654 中 774
2	牛乳、ベーコン、鶏肉、生クリーム、福豆	スパゲティ、小麦、じゃが芋、砂糖、オリーブ油	玉ねぎ、人参、ピーマン、しいたけ、枝豆、コーン、にんにく	トマトピューレ、ケチャップ、コンソメ、こしょう、ソース、カレー粉、カレールウ、沖縄の塩	小 588 中 834
3	牛乳、ベーコン、鶏卵、豚肉	米、ごま油、砂糖、ワンタン、小麦	キャベツ、人参、もやし、コーン、生姜、グリーンピース	味噌、ラーメンのタレ、がらスープ、シャンタン、醤油、本みりん、だし、酒	小 718 中 896
4	牛乳、豚肉	米、春雨、小麦、でんぷん、ごま油、砂糖	たもぎだけ、舞茸、しめじ、大根、長ねぎ、人参、にんにく、生姜、キャベツ、ピーマン	醤油、味噌、だし、酒、豆板醤、テンメンジャン	小 697 中 806
5	牛乳、高野豆腐、豚肉、ウインナー	ソフトフランスパン、小麦、チョコクリーム、砂糖、プリン	玉ねぎ、白菜、もやし、ほうれん草、ピーマン、トマト、人参、にんにく	がらスープ、コンソメ、沖縄の塩、こしょう、ケチャップ、ソース	小 619 中 795
8	牛乳、ワカメ、豚肉、卵、鶏肉、油揚げ	米、小麦、砂糖、ごま	ほうれん草、人参、玉ねぎ、長ねぎ、しめじ	味噌、本みりん、酒、だし	小 646 中 824
9	牛乳、豚肉、なると、いか	ラーメン、小麦、ごま、㊤米	白菜、長ねぎ、もやし、木耳、玉ねぎ、いんげん、人参、にら	がらスープ、ラーメンスープ、シャンタン、餃子のタレ	小 677 中 796
10	牛乳、鱈、鶏肉、ひじき、さつま揚げ、大豆	米、じゃが芋、ごま、つきこんにゃく、砂糖	人参、大根、玉ねぎ、えのき茸、生姜	酒、醤油、沖縄の塩、だし、本みりん、醤油	小 629 中 845
12	牛乳、ベーコン、まくろフレーク	背割りコッペパン、小麦、お米deガトーショコラ、無塩バター	玉ねぎ、人参、ほうれん草、しいたけ、キャベツ、きゅうり、コーン	ベジマメル、クリームポタージュ、エッグクア、コンソメ、こしょう、沖縄の塩、醤油	小 638 中 788
15	牛乳、鶏肉、生クリーム、スライスハム	米、じゃが芋、はちみつ	玉ねぎ、人参、もやし、ほうれん草、白菜、生姜、にんにく、福神漬	酒、カレールウ、フルーンピューレ、がらスープ、和風ドレッシング	小 718 中 852
16	牛乳、鶏肉、油揚げ、豚肉	バックうどん、小麦、パイン、ナタデココ、みかんゼリー	大根、人参、しいたけ、ごぼう、長ねぎ	だし、本みりん、醤油、そばつゆ	小 633 中 792
17	牛乳、干し貝柱、鶏卵、鯖、鶏肉	米、水あめ、ごま油、でんぷん	しいたけ、人参、チンゲン菜、長ねぎ、キャベツ、もやし、にんにく、生姜	がらスープ、沖縄の塩、シャンタン、こしょう、酒、万能塩タレ、醤油	小 628 中 784
18	牛乳、油揚げ、豚肉、いか	米、パン粉、小麦、砂糖	小松菜、人参、玉ねぎ、大根、いんげん、生姜	味噌、だし、ソース、醤油、本みりん、酒	小 626 中 800
19	牛乳、鶏肉、豆乳、鶏卵	缶入りパン、小麦、米粉	人参、玉ねぎ、キャベツ、かぼちゃ、きゅうり	コンソメ、がらスープ、醤油、沖縄の塩、こしょう、マヨネーズ	小 887 中 908
22	牛乳、鶏肉、油揚げ、豚肉、ワカメ	米、春雨、ごま、ごま油、でんぷん、砂糖	白菜、人参、長ねぎ、にら、生姜、きゅうり、もやし、木耳、にんにく、	味噌、だし、醤油、豆板醤、こしょう、酒	小 701 中 797
24	牛乳、牛肉、焼き豆腐、鶏卵	米、しらたき、砂糖、マスカットゼリー	白菜、玉ねぎ、長ねぎ、しいたけ	だし、醤油、酒、本みりん	小 714 中 830
25	牛乳、豆腐、カレイ、プロセスチーズ、豚肉、おから	米、でんぷん、パン粉、小麦、砂糖	大根、人参、長ねぎ、ごぼう、玉ねぎ	だし、醤油、沖縄の塩、酒	小 608 中 803
26	牛乳、生クリーム、鶏肉、スライスハム	あんぱん、ミルクパン、小麦、無塩バター、砂糖、ごま油	玉ねぎ、人参、コーン、パセリ、キャベツ、きゅうり	クリームポタージュ、ベジマメルソース、コンソメ、沖縄の塩、こしょう、酢、醤油、とまポン酢	小 627 中 788



～ がつ しょう しょくざい さんち
2月に使用する食材の産地について ～

※町内産	※道内産	※国産
じゃが芋、麺(小麦粉)、玉ねぎ	精米、パン(小麦粉)、みそ、しょうゆ、もやし、しいたけ、ごぼう、キャベツ、グリーンピース、コーン、枝豆、豚肉、牛肉、鶏肉、ほたて、カレイ 	生姜、大根、長ねぎ、チンゲン菜、にら、ほうれん草、ピーマン、きゅうり、人参、小松菜、白菜 