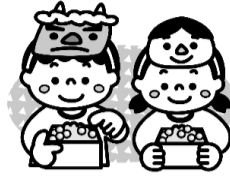


# 2023年度2月分 中学校給食献立表

岸和田市教育委員会

節分とは「季節を分ける」という意味で、季節が変わる日のことをさします。その中でも春は新年の始まりでもあることから、立春の前日の節分が重視されるようになりました。日本ではこの日に、邪気をはらい無病息災を願って恵方巻を食べたり、豆まきをする風習があります。今年の節分は2月3日です。ぜひお家でも豆まきをして、福を呼び込んでください。



今月の **みつば・きくな** は大阪府内産を使用します。

★「アレルギー情報」はこちら

岸和田市 中学校 給食献立

検索

月		火		水		木		金			
5	●牛乳 ごはん 米 冬野菜のピリ辛肉みそいため 小松菜まんじゅう わかめスープ	6	●牛乳 減量ごはん カレーうどん きびなごのポテト衣フライ 白菜と菊菜の和え物	7	●牛乳 コッペパン 鶏の柚子照り焼き カリフラワーのサラダ ミネストローネ	8	●牛乳 ごはん さばのしょうが煮 れんこんの炒め物 かす汁	9	●牛乳 ごはん ピーンズシチュー スパニッシュオムレツ ツナとキャベツのソテー	10	●牛乳 ごはん 手巻きり 手巻きの具(チキンサラダ) いわしのかば焼き風 平天とかぶのみそ汁
12	振替休日	13	●牛乳 ごはん いかハンバーグ プルコギ 春雨スープ	14	●牛乳 コッペパン 白菜のクリーム煮 メヒカリの米粉フライ ナタデココフルーツ	15	●飲むヨーグルト カレーピラフ 焼きソーセージ ジャーマンポテト コンソメスープ	16	●牛乳 ごはん 揚げたこ焼き 中濃ソース こんにゃく寒天のサラダ 八宝菜	19	●牛乳 ごはん 竹輪の磯辺揚げ 塩こうじ炒め さつま汁
20	●牛乳 ごはん 鶏肉とじゃがいものみそ焼き 大和煮 すまし汁	21	●牛乳 パーカーパン スライスチーズ ハンバーグ・ピザソースかけ ポテトサラダ オニオンスープ	22	●牛乳 ごはん 蒸しシュウマイ もやしナムル キムチチゲ	23	天皇誕生日	26	●牛乳 ごはん 鱈の塩こうじ焼き 豚肉と大根の煮物 厚揚げのみそ汁	27	●飲むヨーグルト ごはん ポークカレーライスの具 コロッケ コールスローサラダ
28	●牛乳 コッペパン ホキのバジル風味焼き ベーコンと小松菜のソテー 大根のポトフ	29	●牛乳 ごはん 魚型さつま揚げ 茎わかめの炒め物 豚じゃが	30	●牛乳 ごはん 魚型さつま揚げ 茎わかめの炒め物 豚じゃが	31	●牛乳 ごはん 魚型さつま揚げ 茎わかめの炒め物 豚じゃが				

●体の組織をつくる(1群, 2群) ▲体の調子を整える(3群, 4群) ■エネルギーになる(5群, 6群)

※やむをえない事情により内容を変更する場合があります。ご了承ください。

今年のはるう年です。29日まであります。

	岸和田市実施基準	今月の平均
エネルギー(キロカロリー)	815	725
たんぱく質(パーセント)	摂取エネルギー全体の13~20	15
脂質(パーセント)	摂取エネルギー全体の20~30	28