



2がつ



こんだて表



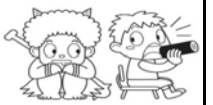
令和3年度 座間市立 入谷小学校

今月の給食指導目標

みんなで協力しましょう！

栄養指導目標

丈夫なからだをつくる植物性たんぱく質について知りましょう。



日	曜日	主食	パン	の	み	おかず			さいりょう			エネルギー	おしらせ
						主菜	副菜	その他	きいろ	あか	みどり		
1	火	しらす	ごはん	牛乳	にくだんご	すましじる		こめ むぎ	きゅうにゅう	にんじん	ねぎ	607 kcal	2月3日は 節分です
2	水	ごはん	牛乳	ビビンバ	わかめスープ	★ふくまめ	こめ あぶら	きゅうにゅう	ぶたにく	にんじん	たまねぎ	625 kcal	
3	木	チーズ	パン	牛乳	ポトフ	ごまドレッシング	チーズパン	きゅうにゅう	とりにく	にんじん	たまねぎ	584 kcal	4日(金)は 6年3組との コラボ献立
4	金	ごはん	牛乳	さわらの	★きんぴらごぼう		こめ あぶら	きゅうにゅう	さわら	にんじん	ごぼう	639 kcal	入谷っ子の 投票で決まり ました！
7	月	(ごはん)	牛乳	とりそぼろ	けんちんじる		こめ あぶら	きゅうにゅう	とりにく	しょうが	にんじん	622 kcal	★マークは かみかみメニュー
8	火	ロール	パン	牛乳	さけの	パスタスープ	ロールパン	きゅうにゅう	さけ	たまねぎ	にんじん	627 kcal	よくかんで 食べよう！
9	水	ごはん	牛乳	とうふの	はるさめサラダ		こめ じゃがいも	きゅうにゅう	とうふ	にんじん	しょうが	656 kcal	今月の 座間の野菜
10	木	ソフト	めん	牛乳	カレーソース	みそむしパン	ソフトめん	きゅうにゅう	ぶたにく	にんじん	しょうが	715 kcal	こまつな ごぼう
14	月	★きなこ	トースト	牛乳	いしかりじる	バナナ	しよくパン	きゅうにゅう	きなこ	だいこん	にんじん	648 kcal	ほうれんそう だいこん
15	火	さけと	きのこの	牛乳	ピラフ	マカロニスープ	こめ むぎ	きゅうにゅう	さけ	しめじ	エリンギ	598 kcal	なかねぎ はくさい
16	水	ごはん	牛乳	とりにくと	ごますあえ	★なっとう	こめ こんにやく	きゅうにゅう	とりにく	しょうが	だいこん	652 kcal	さといも なのはな
17	木	こめこ	コッパ	牛乳	パン	ツナサラダ	こめこコッパ	きゅうにゅう	ぶたにく	にんじん	たまねぎ	600 kcal	地元 の食材を 探そう！
18	金	ごはん	牛乳	★かわり	ごもくまめ	なのはなあえ	こめ じゃがいも	きゅうにゅう	ぶたにく	にんじん	いんげん	686 kcal	
21	月	(ごはん)	牛乳	カレーライス	★ひじき	サラダ	こめ じゃがいも	きゅうにゅう	ぶたにく	にんじん	しょうが	738 kcal	22日(火)は 6年1組との コラボ献立
22	火	さつま	いも	牛乳	ごはん	ちくわの	こめ もちこめ	きゅうにゅう	ちくわ	にんじん	ごまつな	648 kcal	入谷っ子の 投票で決まり ました！
24	木	ソフト	フランス	牛乳	パン	りよネーズ	ソフトフランス	きゅうにゅう	ホキ	にんじん	たまねぎ	602 kcal	★24日(木) 世界の料理 フランス
25	金	ごはん	牛乳	チャブチェ	はくさい	スープ	こめ はるさめ	きゅうにゅう	ぶたにく	しょうが	にんじん	632 kcal	
28	月	ぶどう	パン	牛乳	みそ	ラーメン	ぶどうパン	きゅうにゅう	ぶたにく	にんじん	しょうが	607 kcal	

令和3年度献立テーマ「世界の料理を知ろう！」 ☆☆ 2月 「フランス」 ☆☆

フランスは、西ヨーロッパにある中世の都市・アルプスの村々・地中海のビーチがある国です。首都のパリは、ファッションブランドや世界でも有名なルーブル美術館、エッフェル塔などでよく知られています。食べ物では、ワインやチーズが有名で、フランス料理は世界三大料理の一つとたたえられています。フランスの学校では前菜・メイン・パン・チーズ・デザートという組み合わせのコース料理になっているそうです。



給食では、プロヴァンス地方ニースの玉ねぎやズッキーニなどの野菜をトマト・ハーブ・ワインで煮込んだ「ラタトゥイユ」をソースにして白身魚にかけました。リヨン地方の郷土料理の「リヨネーズポテト」、田舎風スープという味の野菜たっぷり「パイザンヌスープ」組み合わせました。コース料理とはいきませんがフランス給食を楽しんで食べてくださいね！