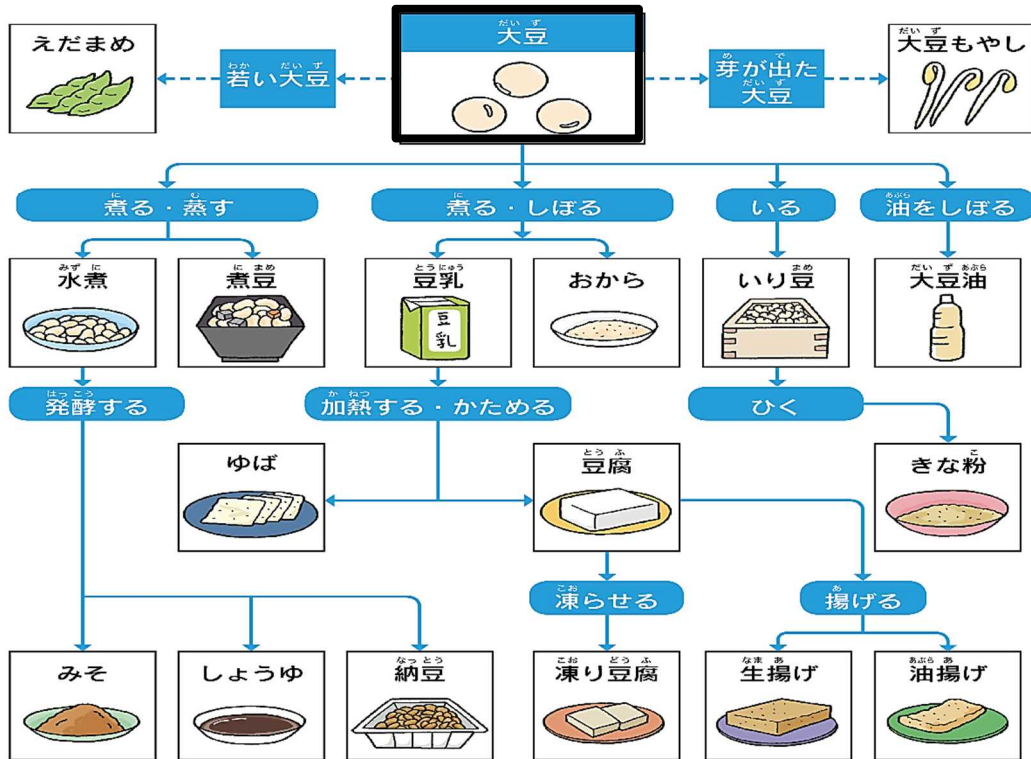


# 2月 ＊給食だより＊

第 658 号  
令和 7 年 1 月 23 日発行  
天童市学校給食センター

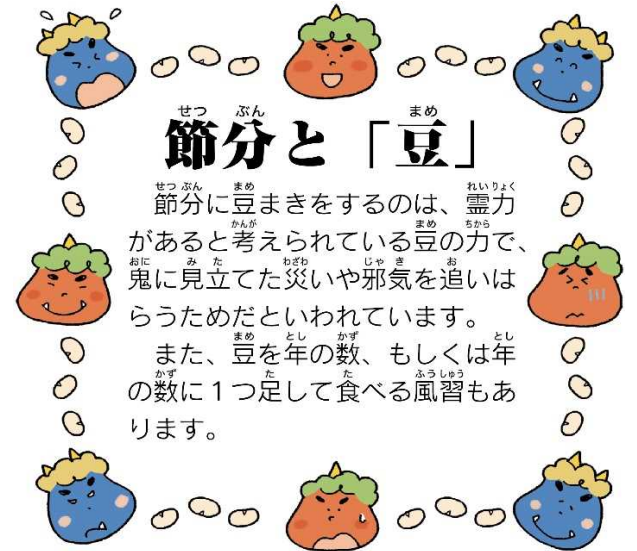


**姿をかえる大豆**  
大豆は、加工されているいろいろな食品へと姿をかえています。



給食にも姿をかえた大豆がたくさん登場します。探してみよう！

## なぜ節分には豆をまくの？



| 日曜  | 献立名   | きいろの食品<br>おもにエネルギーになる                        | あかの食品<br>おもにからだをつくる                        | みどりの食品<br>おもにからだの調子をととのえる                                       | 1杯当り<br>(kcal) | 備考                    |
|-----|---|--|--|---|----------------|-----------------------|
| 3月  | 【節分献立】  |  |  |   |                |                       |
|     | ごはん<br>臭汁 節分福豆<br>いわしみそ煮<br>小松菜の塩こんぶあえ                    | ごはん さとう ごま<br>ごまあぶら                          | 牛乳 あつあげ みそ ご<br>いわし しおこんぶ<br>だいず           | ごぼう だいこん にんじん<br>ねぎ はくさい こまつな もやし                               | 631<br>775     |                       |
| 4火  | ごはん<br>ひじきのいろどりスープ<br>ポークハムカツ<br>きりほしだいこん にももの<br>切干大根の煮物 | ごはん パンこ<br>でんぷん あぶら<br>さとう                   | 牛乳 ベーコン ひじき<br>ハム こんぶ とりにく<br>さつまあげ        | しいたけ たけのこ だいこん<br>にんじん ほうれんそう<br>こんにやく えだまめ                     | 612<br>829     | 卒業お祝い弁当<br>(第二中)      |
| 5水  | ごはん<br>豚汁<br>さば昆布しょうゆ干し<br>あかねあえ                          | ごはん じゃがいも                                    | 牛乳 ぶたにく<br>あぶらあげ みそ さば<br>こんぶ ちくわ          | ごぼう こんにやく だいこん<br>にんじん ねぎ もやし えだまめ<br>あかねほうれんそう                 | 603<br>777     | ちよこつと食育タイム<br>(蔵増小)   |
| 6木  | ごはん<br>小松菜のみそ汁<br>えびカツ<br>メンマ炒め                           | ごはん パンこ さとう<br>でんぷん こむぎこ<br>あぶら ごまあぶら        | 牛乳 あつあげ みそ<br>えび たら ぶたにく                   | こまつな だいこん ねぎ メンマ<br>たまねぎ にんじん こんにやく<br>あかピーマン きピーマン             | 623<br>831     | 卒業お祝い弁当<br>(第三中)      |
| 7金  | 【アランマーレ山形応援献立】  |  |  |   |                |                       |
|     | ごはん<br>白星汁 みかんゼリー<br>県産れんこんメンチカツ<br>豚キムチ炒め                | ごはん しらたま<br>さとう パンこ<br>あぶら ゼリー               | 牛乳 あぶらあげ<br>ぶたにく とりにく (小のみ)                | しいたけ ごぼう だいこん<br>にんじん ねぎ れんこん<br>たまねぎ はくさいキムチ<br>はくさい こまつな たけのこ | 714<br>910     | ちよこつと食育タイム<br>(津山小)   |
| 10月 | つや姫ごはん<br>鶏だんご汁<br>三色そばろ<br>ブロッコリーのおかかあえ                  | ごはん さとう                                      | 牛乳 あぶらあげ とうふ<br>とりだんご みそ たまご<br>ぶたにく かつおぶし | しめじ にんじん ねぎ だいこん<br>しょうが えだまめ キャベツ<br>ブロッコリー もやし                | 634<br>819     | ちよこつと食育タイム<br>(千布小)   |
| 12水 | 【二中お好み献立】   |  |  |   |                |                       |
|     | パン<br>米粉入りシチュー<br>ハートハンバーグ<br>きらきらサラダ                     | パン じゃがいも<br>ホワイトルウ こめこ<br>さとう でんぷん<br>ドレッシング | 牛乳 ベーコン とりにく<br>ぶたにく かいそう                  | たまねぎ にんじん<br>とうもろこし ブロッコリー<br>しめじ トマト きゅうり<br>キャベツ あかピーマン しそ    | 601<br>787     | スプーン                  |
| 13木 | つや姫ごはん<br>大根スープ のりつくだ煮<br>豆腐しゅうまい<br>ごまネーズサラダ             | ごはん こむぎこ<br>でんぷん さとう<br>マヨネーズ ごま             | 牛乳 とりだんご<br>ぶたにく とうふ<br>とりにく のり            | だいこん にんじん ねぎ<br>たまねぎ ごぼう ブロッコリー<br>とうもろこし                       | 695<br>858     | ちよこつと食育タイム<br>(天童南部小) |
| 14金 | つや姫ごはん<br>わかめスープ<br>ヤンニョムチキン<br>赤根ほうれん草のナムル               | ごはん さとう あぶら<br>ごまあぶら でんぷん<br>ごま              | 牛乳 とうふ わかめ<br>とりにく                         | もやし ブロッコリー ねぎ<br>にんにく あかねほうれんそう<br>にんじん                         | 605<br>776     |                       |

けんさんしょくざい こめ てんどうさん  
〈県産食材〉米 (天童産はえぬぎ)、米 (天童産つや姫)、米 (天童産雪若丸)、やまがたけんさんぎゅうにゅう ぶたにく なつとう とうふ  
えのきたけ、しめじ、米粉、白菜、大根、里芋、りんご、もも、ラ・フランス、天童産赤根ほうれん草、天童産小松菜

かんそうしょうかい  
**☆ 感想紹介コーナー ☆**

「笑顔まんてんどう給食」12/5 (木)

\*年間、何度かこの献立名を見聞きし、味を経験することで、地産地消や食への興味の高まりが感じられます。子どもたちは、どんな材料で笑顔になるおいしい料理に出会えるんだろうとワクワクします。ぜひ、来年度も複数回お願いしたいです。(天童中部小)

\*天童産さといもコロッケが、やわらかくておいしく、おかわりをしている人がたくさんいました。かぶり入り米粉のシチューは、米粉が入っていると思わず、おどろきました。サラダは苦手だけど、白菜とツナが入っていて食べやすかったです。(長岡小)



【笑顔まんてんどう給食】

「かぜ予防献立」12/11 (水)

\*キムチが好きな子が多く、ごまキムチ鍋は好評でした。少しからいという声もありましたが、それで体が温まり、風邪予防につながりますよね。フィレオチキンやポテトサラダが好きな子も多く、残菜がいつもより少なかったです。(天童南部小)

\*「給食からこんにちは」のお話の内容がとてもわかりやすかったです。放送で伝えるだけでなく、クラスでも先生方に紹介してもらって、とてもいい内容でした。栄養バランスとは何か、これからも伝えていきたいと思えます。(天童中部小)



【かぜ予防献立】

「冬至献立」12/20 (金)

\*冬至かぼちゃは、祖父母と同居している子は家で食べるようですが、そうでない場合は家では食べない人が多いようです。給食で、冬至かぼちゃの味を知ってほしいですね。かぼちゃは好き嫌いが分かれました。あまくておいしい派と食感が苦手派と。でも、かぼちゃは苦手だけど、この(給食の)かぼちゃは食べられる!という子もいました。(天童南部小)

\*山形県産の雪若丸とゆかりが相性良かったです。冬至かぼちゃは健康にいいので、安心しておいしく食べられました。すいとん汁には、すいとんやごぼう、にんじんなどのいろいろな野菜が入っていて栄養バランスもいいと思えました。(第三中)



【冬至献立】

| 日曜  | 献立名  | きいろの食品  | あかの食品  | みどりの食品   | エネルギー(kcal) | 備考                  |
|-----|--|---|--|--|-------------|---------------------|
| 17月 | ごはん<br>春雨スープ<br>豚肉とレバーのケチャップあえ<br>梅ちりめんあえ            | ごはん はるさめ<br>でんぷん あぶら さとう  | 牛乳 ほたて ぶたにく<br>ぶたレバー みそ<br>ちりめん                  | ほうれんそう にんじん ねぎ<br>しょうが ピーマン もやし<br>ブロッコリー きゅうり うめ        | 648<br>842  | ちよこつと食育タイム<br>(寺津小) |
| 18火 | ごはん<br>のっぺい汁<br>かぼちゃひき肉フライ<br>鶏肉さっぱり煮                | ごはん さといも<br>でんぷん さとう パンこ<br>こむぎこ あぶら                                  | 牛乳 なんと ぶたにく<br>とりにく                              | しいたけ こんにやく にんじん<br>ねぎ かぼちゃ たまねぎ ごぼう<br>にんにく だいこん えだまめ    | 631<br>837  | 卒業お祝い弁当<br>(第四中)    |
| 19水 | ごはん<br>のりのみそ汁<br>さば割烹焼き<br>こまつなサラダ チーズ(中のみ)          | ごはん   | 牛乳 あつあげ のり<br>みそ さば かつおツナ<br>チーズ(中のみ)            | たまねぎ しめじ にんじん<br>こまつな もやし きゅうり<br>レモン                    | 620<br>780  | ちよこつと食育タイム<br>(高揃小) |
| 20木 | ごはん<br>あっさりコーンスープ<br>のり塩ポテトコロッケ<br>きりこんが<br>切昆布さぼろ炒め | ごはん じゃがいも<br>パンこ こむぎこ あぶら<br>さとう                                      | 牛乳 ベーコン のり<br>ぶたにく こんぶ                           | たまねぎ とうもろこし<br>にんじん しいたけ こんにやく                           | 672<br>875  | 卒業お祝い弁当<br>(第一中)    |
| 21金 | 【 干布小お好み献立 】   | ごはん あぶら   | 牛乳 ぶたにく  | にんにく たまねぎ にんじん   | 753         | ちよこつと食育タイム<br>(荒谷小) |
|     | ごはん<br>ポークカレー<br>鶏のからあげ<br>ヨーグルトあえ                   | じゃがいも カレールウ<br>でんぷん さとう ゼリー<br>ナタデココ                                  | とりにく ヨーグルト                                       | しょうが りんご もも<br>ラ・フランス アロエ みかん                            | 974         | スプーン                |
| 25火 | 【 カミカミ献立 】   | ごはん パンこ でんぷん<br>さとう ごまあぶら   | 牛乳 とりだんご ひじき<br>とりにく ぶたにく<br>たまご かつおぶし<br>こうやどうふ | こんにやく ごぼう しめじ<br>ねぎ たまねぎ にんじん しそ<br>キャベツ たけのこ            | 608<br>777  |                     |
| 26水 | 米粉パン<br>コーンポタージュ<br>さっくりメンチカツ<br>ブロッコリーサラダ           | こめこパン ホワイトルウ<br>コーンポタージュルウ<br>パンこ あぶら さとう(小のみ)<br>でんぷん(小のみ) こむぎこ(中のみ) | 牛乳 ベーコン<br>なまクリーム とりにく<br>かつおツナ                  | たまねぎ にんじん パセリ<br>とうもろこし ブロッコリー<br>もやし きゅうり あかピーマン<br>レモン | 687<br>867  |                     |
| 27木 | 【 天童校お好み献立 】   | ごはん ワンタン さとう<br>ゼリー   | 牛乳 ベーコン さば<br>みそ かまぼこ                            | しいたけ たけのこ しめじ<br>ねぎ キャベツ もやし にんじん<br>えだまめ                | 660<br>855  | ちよこつと食育タイム<br>(第一中) |
|     | 雪若丸ごはん<br>ワンタンスープ<br>さばみそ煮<br>いろどりあえ はちみつレモンゼリー      |   |  |  |             |                     |
| 28金 | 雪若丸ごはん<br>五目汁<br>肉じゃがコロッケ<br>こまつな<br>小松菜ナムル 納豆       | ごはん さといも さとう<br>じゃがいも パンこ<br>あぶら ごま ごまあぶら                             | 牛乳 ぶたにく<br>ぎゅうにく なつとう                            | ごぼう こんにやく しいたけ<br>ねぎ たまねぎ こまつな<br>もやし にんじん               | 695<br>872  | ちよこつと食育タイム<br>(第三中) |