

今月の目標：あいさつの意味を考えよう

立春の前日に当たる節分には、古くから、豆まきをしたり、ヒラギイワシ（ヤイカガシ）を玄関に飾ったりして、病気や災難を起こす“鬼（邪気）”を追い払い、1年の無事や幸福を願う風習があります。最近では、「恵方巻き」が店頭をにぎわすようになりましたが、もともと全国的な風習ではなく、江戸時代に大阪の商人が商売繁盛祈願のために行っていた風習が始まりとされています。（※諸説あります）

節分にまつわる食べ物

福豆

大豆をいったもの。豆まき
に使うほか、自分の年齢の
数、または年齢の数+1個食
べて、1年の幸福を願いま
す。大豆の代わりに落花生を
使う地域もあります。

恵方巻き

太巻きずし。その年の
歳神様がいるとされる
“恵方”を向き、願い事を
思い浮かべながら、無言
で丸かじりします。

※いり大豆・落花生ともに、5歳以下の子どもは窒息する危険性があるため、食べさせないでください。

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
	★牛乳(200cc)は毎日つきます ☺…乳使用の献立 ☹…卵使用の献立	おもにエネルギーになる	おもにからだをつくる	おもにからだの調子をととのえる	小学校 中学校	
2月	【節分献立】 ゆかりごはん 呉汁 節分福豆 いわし梅煮 白菜の塩昆布あえ	ごはん さとう ごま ごまあぶら	牛乳 あつあげ みそ ごいゆし こんぶ だいず	しそ ごぼう だいこん にんじん ねぎ はくさい きゅうり もやし	621 755	
3火	【高嶺小お好み献立】 「地産地消！野菜をおいしく！」 たけのこごはん 大根のコンソメスープ てりやきチキン 小松菜ベーコン炒め	ごはん オリーブ油 あぶら ふ	牛乳 とりにく あぶらあげ ウィンナー ベーコン	たけのこ だいこん にんじん ねぎ しょうが にんにく こまつな キャベツ とうもろこし	589 799	ちよこっつ食育タイム (天童南部小)
4水	つや姫ごはん のりのみそ汁 ソースかつ ポテトサラダ	ごはん パンこ あぶら さとう じゃがいも エッグフリーマヨネーズ	牛乳 あつあげ のり みそ ぶたにく チーズ かつおツナ	たまねぎ しめじ にんじん きゅうり パプリカ ブロッコリー	655 876	ちよこっつ食育タイム (寺津小)
5木	ごはん なめこのみそ汁 コーンコロケ メンマ炒め	ごはん こむぎこ パンこ あぶら ごまあぶら	牛乳 とうふ みそ ぶたにく	だいこん なめこ ねぎ とうもろこし メンマ にんじん こんにゃく カラーピーマン	630 796	卒業お祝い弁当 (第二中)
6金	【蔵増小お好み献立】 「旬の野菜でごはんもりもり給食」 ごはん ワンタンスープ さばみそ煮 マーボーだいこん 麻婆大根	ごはん ワンタン さとう あぶら でんぷん	牛乳 ベーコン さば みそ あつあげ ぶたにく	しいたけ にんじん たけのこ ねぎ だいこん たまねぎ しょうが にんにく	608 835	ちよこっつ食育タイム (津山小) スプーン
9月	【山形ワイヴァンズ応援献立】 雪若丸ごはん スター芋団子汁 ベストサンド 赤根ほうれん草の勝おふしあえ	ごはん いももち パンこ あぶら	牛乳 とりにく みそ あぶらあげ ソーセージ チーズ ちくわ かつおぶし	しいたけ だいこん にんじん ねぎ あかぬほうれんそう もやし	688 848	
10火	雪若丸ごはん 中華みそスープ こめこ 米粉からあげ 海藻サラダ	ごはん ごまあぶら こめこ でんぷん あぶら ドレッシング	牛乳 ぶたにく みそ とりにく かいそう	キャベツ にんじん もやし メンマ とうもろこし ねぎ にんにく しょうが きゅうり しそ	602 773	
12木	【カミカミ献立】 雪若丸ごはん 沢煮 納豆 ハートの照焼きハンバーグ 切りほしだいこん 切干大根のごま酢あえ	ごはん さとう でんぷん ごまあぶら	牛乳 ベーコン とりにく ぶたにく こんぶ わかめ かつおツナ なっとう	しいたけ たけのこ だいこん にんじん ねぎ たまねぎ しょうが きゅうり もやし	648 872	ちよこっつ食育タイム (蔵増小)
13金	【笑顔まんてんどう給食】 雪若丸ごはん 小松菜カレー とり 鶏の香味焼き ブロッコリーサラダ	ごはん あぶら じゃがいも カレールウ さとう ごまあぶら ごま	牛乳 ぶたにく とりにく かつおツナ	にんにく たまねぎ にんじん こまつな しょうが ブロッコリー もやし きゅうり あかピーマン	722 920	ちよこっつ食育タイム (千布小) スプーン

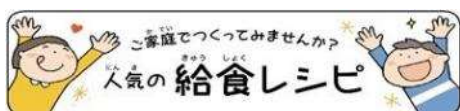
〈県産食材〉 米（天童産はえぬき、天童産つや姫、天童産雪若丸）、山形県産牛乳、豚肉、納豆、豆腐、米粉、
天童産赤根ほうれん草、天童産小松菜、もやし、えのきたけ、しめじ、なめこ、卵

給食に「やまこめもちりパン(形状:コッペパン)」が登場します!

2月18日(水) 天童中部小、成生小、蔵増小、寺津小、高揃小、長岡小、第三中、第四中
2月25日(水) 天童南部小、天童北部小、津山小、村特天童校、山口小、干布小、荒谷小、第一中、第二中

※「やまこめもちりパン」が
でない学校は、普通パン
(形状:食パン)になります。

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
	★牛乳(200cc)は毎日つきます ☉:乳使用の献立 ☪:卵使用の献立	おもにエネルギーになる	おもにからだをつくる	おもにからだの調子をととのえる	小学校 中学校	
16月	【長岡小お好み献立】 「ほかほか献立」 雪若丸 五目ごはん 豆腐とわかめのみそ汁 白身魚フライ こまつなサラダ クレープ	ごはん パンこ こむぎこ あぶら ドレッシング クレープ	牛乳 とりにく わかめ あぶらあげ とうふ みそ ホキ かつおツナ	ごぼう たけのこ こんにゃく にんじん しいたけ ねぎ こまつな きゅうり もやし あかピーマン レモン	627 798	
17火	雪若丸ごはん 野菜みそスープ かぼちゃとさつまいものコロッケ こもく 五目きんぴら	ごはん じゃがいも さつまいも パンこ あぶら さとう	牛乳 ベーコン みそ ぶたにく さつまあげ	たまねぎ とうもろこし にんにく ねぎ かぼちゃ ほうれんそう にんじん こんにゃく ごぼう	613 803	卒業お祝い弁当 (第四中)
18水	パン ☉ やまこめもちりパン ☉ クリームシチュー ☉ ウインナーチリソース ビーンズサラダ	パン じゃがいも ホワイトルウ ベシメルルウ オリーブ油 ドレッシング	牛乳 ベーコン ウインナー ミックスビーンズ かつおツナ	たまねぎ にんじん とうもろこし ブロッコリー しめじ にんにく キャベツ きゅうり	711 926	ちょこっと食育タイム (高揃小) スプーン
19木	雪若丸ごはん 白菜と厚揚げのみそ汁 ポロニアカツ ポテトとひじきの炒め煮	ごはん あぶら じゃがいも こめこ さとう	牛乳 あつあげ みそ とりにく ひじき こうやどうふ	はくさい えのきたけ ねぎ にんじん えだまめ	627 817	卒業お祝い弁当 (第一中)
20金	雪若丸 チャーハン トックスープ あげ揚げょうざ もやしナムル	ごはん さとう トック こむぎこ あぶら ごまあぶら ごま	牛乳 ぶたにく チャーシュー あぶらあげ とりにく	にんじん たけのこ ごぼう ねぎ はくさい はくさいキムチ キャベツ にら ほうれんそう もやし	582 764	ちょこっと食育タイム (荒谷小)
24火	雪若丸ごはん かきたま汁 ☉ にしん生姜煮 とりにく 鶏肉さっぱり煮	ごはん でんぶん あぶら さとう	牛乳 とうふ たまご なると にしん とりにく	にんじん ねぎ しょうが にんにく ごぼう しいたけ だいこん えだまめ こんにゃく	593 783	ちょこっと食育タイム (長岡小)
25水	パン ☉ やまこめもちりパン ☉ ポークビーンズ フィレオチキン ごまネーズサラダ	パン あぶら じゃがいも さとう でんぶん ごま エッグフリーマヨネーズ	牛乳 ぶたにく だいず とりにく	たまねぎ にんじん いんげん にんにく ごぼう ブロッコリー とうもろこし	680 868	ちょこっと食育タイム (天童北部小) スプーン
26木	雪若丸ごはん 大根のみそ汁 いわしかば焼き風立田 じゃが豚キムチ	ごはん でんぶん あぶら じゃがいも	牛乳 あぶらあげ とうふ わかめ みそ しやし ぶたにく	だいこん ねぎ はくさいキムチ はくさい たけのこ	597 796	卒業お祝い弁当 (第三中)
27金	雪若丸 わかめごはん あっさりコーンスープ しゅうまい ひき肉とキャベツのオイスターソース炒め	ごはん でんぶん さとう パンこ こむぎこ	牛乳 わかめ ベーコン とりにく ぶたにく あつあげ	たまねぎ とうもろこし にんじん しょうが にんにく こまつな キャベツ	624 797	ちょこっと食育タイム (天童中部小)



野菜みそスープ

【材料(4人分)】

- ・スライスベーコン.....40g
- ・じゃがいも.....100g
- ・玉ねぎ.....80g
- ・ホールコーン.....30g
- ・ねぎ.....20g
- ・酒.....小さじ1
- ・おろしにんにく.....小さじ2/3
- ・みりん.....小さじ1
- ・コンソメ.....小さじ1
- ・みそ.....大さじ1と1/3
- ・水.....600cc

【作り方】

- ①ベーコンは1cm幅に切り、じゃがいもは一口大の角切りにします。玉ねぎは薄切り、ねぎは小口切りにします。
- ②鍋に酒、おろしにんにくを入れ、ベーコンを炒めます。
- ③②に水、じゃがいも、玉ねぎ、みりんを加えて中火で煮ます。じゃがいもが柔らかくなるまで煮ます。
- ④ホールコーン、ねぎ、コンソメを入れます。
- ⑤沸いたら、みそを溶かして、完成です!

アレンジ

ベーコンの代わりに豚肉でもおいしくできます。
もやし、キャベツ、メンマなどの具材も合います。

ブロッコリーのヒミツ



【食物アレルギーの原因となる食品の使用に関して】

現在、天童市の学校給食では、年間を通して「そば、落花生、くるみ、あわび、いくら、キウイフルーツ、カシューナッツ、アーモンド、マカダミアナッツ」を含む食品と、「生卵」は使用していません。

海藻類や小魚類、貝類については、「えび」や「かに」、「貝」などがついていることがあります。
加工品については、その製造工場でアレルギーを含む食品を使用しているものもあるため、給食の原材料として使用しないアレルギーでも、コンタミネーションとして混入することがあります。

給食に使用する食材について、心配なことがある場合は、学校給食センター(654-2441)までお問い合わせください。