

令和7年度

2月 予定献立表

※ジョアの日を除いて牛乳は毎日付きます。予定献立につき、変更になることがあります。 八郎湯町学校給食調理場

| 月  | 火  | 水  | 木  | 金   |
|--|--|--|--|---|
| 2日   | 3日 節分献立  | 4日   | 5日   | 6日  |
| ごはん<br>米粉唐揚げ（2個）<br>蒸し鶏とひじきのサラダ<br>麻婆大根  | ごはん<br>いわしの生姜煮<br>ブロッコリーと大豆のツナマヨサラダ<br>豚汁（さつまいも） | 麦ごはん<br>三色そばろ丼（具）<br>もやしのごまみそ汁<br>果物（りんご）                | フォカッチャ<br>ボルベッティ（小2個中3個）<br>フンギ トリフォラーティ<br>ズッパ ディ ズッカ<br>ジョアマスカット<br>イタリア料理の日 | ごはん<br>ぎょうざ（小2個中3個）<br>切り干し大根のハリハリあえ<br>五目中華スープ                   |
| 9日   | 10日  | 11日  | 12日  | 13日   |
| ごはん<br>豚肉の生姜炒め<br>青のりポテト<br>野菜のみそ汁   | ごはん<br>さばの味噌煮<br>ごまあえ<br>沢煮椀                     | 建国記念の日<br>   | ごはん<br>鶏肉の照り焼き<br>炒り豆腐<br>キャベツともやしのみそ汁   | 麦ごはん<br>★ポークカレー<br>米粉のカップケーキ（ココア）                                 |
| 16日  | 17日  | 18日  | 19日  | 20日   |
| 麦ごはん<br>豚ごぼう丼（具）<br>高野豆腐のみそ汁<br>果物（りんご）  | ごはん<br>焼きキャベツメンチ<br>鶏肉と大根の煮物<br>豆腐と野菜のみそ汁        | わかめうどん<br>（ゆでうどん）<br>のり入り厚焼玉子<br>★バラバラかき揚げ<br>★レモンソーダゼリー | ターメリックライス<br>チリコンカン<br>ツナとブロッコリーのサラダ   | ごはん<br>マスのみりん醤油焼き<br>塩肉じゃが<br>大根のみそ汁                              |
| 23日  | 24日  | 25日  | 26日  | 27日   |
| 天皇誕生日<br><br>食事前には手洗いを！  | ごはん<br>鶏肉の香味焼き<br>ひじき五目煮<br>じゃがいもと青菜のみそ汁         | ごはん<br>ほっけピリ辛焼き<br>ごましょうゆあえ<br>五目汁                       | 麦ごはん<br>焼き肉丼（具）<br>★海の野菜スープ<br>果物（デコポン）  | ごはん<br>ハンバーグ和風おろしソース<br>わかめと蒸し鶏のサラダ<br>にらともやしのみそ汁                 |
| 世界の料理～2月はイタリア～<br>冬季五輪に合わせ5日にイタリア料理を提<br>供します。<br>イタリア語でスッカとは<br>何の食べ物でしょう？<br>①大根 ②南瓜 ③人参<br>※答えは裏面です |  | リクエスト給食<br>★は、小学校の食育<br>アンケートで人気の<br>あったメニューです<br>       | ☆今月の平均栄養価☆<br>小学校<br>エネルギー 638 kcal<br>たんぱく質 26.9 g<br>脂 質 21.3 g              | ☆今月の平均栄養価☆<br>中学校<br>エネルギー 808 kcal<br>たんぱく質 33.1 g<br>脂 質 25.5 g |

# 食育だより



令和7年度  
2月号

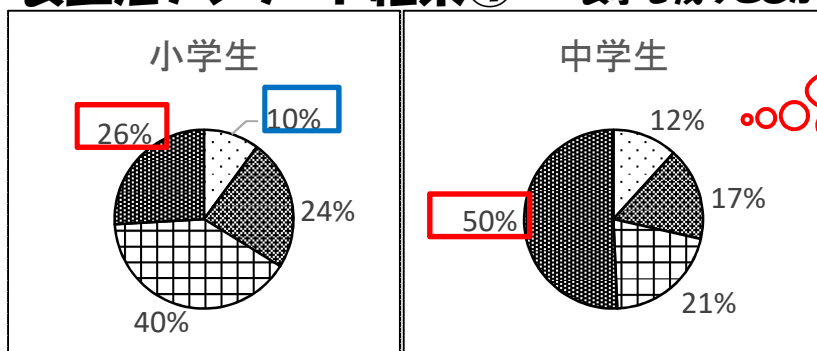
八郎潟町学校給食調理場

## 風邪予防のために手洗いをしっかりしよう

寒さが厳しい時期ですが、みなさん体調は良いですか？感染症予防には手洗いが効果的です。また、周りの人に移さないためにも、手洗いは大切です。食事をする前や、給食当番をする前には、石けんをつかって、ていねいに手を洗いましょう。



## 食生活アンケート結果④ ～食事を残すことがありますか？～



中学生になると「食事を残さない」と答える生徒が多くなっています。

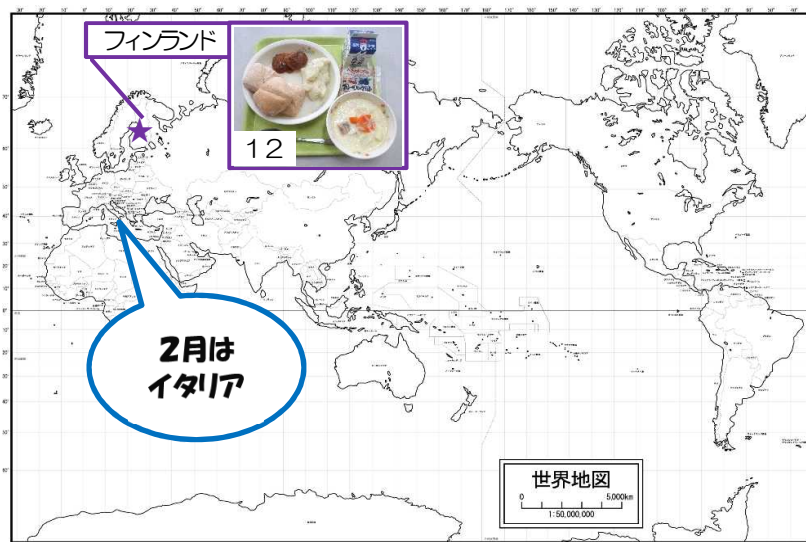
□ よくある  
■ 時々ある  
▨ たまにある  
■ ない

昨年と比べ、小学生の「よくある」の回答が21%から10%に減りました。

日本を含む多くの国では、食事は残さずに食べることがマナーです。スイスでは出された物は必ず味見をして、その後に残さず食べることが礼儀です。ドイツやインド、韓国なども残さないことが基本ルールです。しかし、中国やメキシコ、ポルトガルなどでは、少し残すことで、満足した気持ちを表します。自分に食べられる量を把握したり、好き嫌いを減らすことはマナー面でも大切です。食べ残しを意識して食べてみましょう。



## 世界の料理 ～2月はイタリア共和国～



イタリアはヨーロッパにあるブーツの形をした国です。歴史ある街が多く、芸術・建築・ファッションの中心地です。

イタリアには地域ごとに特産品があり、地域の食材をいかした郷土料理が受け継がれています。

- ・フォカッチャ (平たいパン)
- ・ポルペッティ (肉団子トマトソース)
- ・フンギ トリフォラーティ (きのこのクリームオイル炒め)
- ・スッパデイズカ (南瓜のスープ)