



# 献立表



# 盛り付け表

月

火

水

木

金



節

分



節分は立春の前日で、冬から春への季節の変わり目の行事です。もとは、立冬や立夏、立秋などの前日も節分といわれていました。この節分の日には季節の変わり目に物忌みをして無事にすくすくという習慣がありました。

「鬼は外」のかけ声とともに、豆をまくのは、豆にある「霊力」をもって、災いをはらう意味があります。また、この日には、ひいらぎの枝にいわしの頭を刺して門や軒下に立て、邪気をはらうという習慣もあります。

\* 2月9日～13日はかみいち食べきるゾウ運動を実施します！

|    |                                         |    |                                                                 |    |                                              |    |                                                        |    |                                          |
|----|-----------------------------------------|----|-----------------------------------------------------------------|----|----------------------------------------------|----|--------------------------------------------------------|----|------------------------------------------|
| 2  | 酢の物<br>さばのかば焼き<br>ごはん 炊き合わせ             | 3  | 恵方巻き<br>(焼肉・三色ナムル)<br>節分豆・手巻きのり<br>酢飯 ごまけんちんねぎみそ豚丼 かきたま汁        | 4  | 納豆あえ<br>りんご<br>ごはん ねぎみそ豚丼 かきたま汁              | 5  | いそあえ<br>鶏肉とレバーの<br>ケチャップがらめ<br>(アーモンド入)<br>ごはん きのことスープ | 6  | おひたし<br>あじのみそ焼き<br>ごはん ヒカド               |
| 9  | アーモンドあえ<br>★としんの照り焼き<br>ごはん ちゃんこ鍋       | 10 | ごまびたし<br>★金時豆の煮豆<br>キャベツメンチ<br>ごはん 五目みそ汁                        | 11 | 建国記念日                                        | 12 | ゆかりあえ<br>小魚と大豆の<br>ごまがらめ<br>ごはん ★きのこの<br>たまごとし         | 13 | ★アイアンサラダ<br>ハートのオムレツ<br>ソフト麺 ミートソース      |
| 16 | 冬野菜のおかかあえ<br>さんまの梅煮<br>ごはん 塩こうじ<br>肉じゃが | 17 | よごし<br>高野豆腐の<br>カレー揚げ<br>飲むヨーグルト又は野菜ジュース<br>ごはん 上市野菜の<br>みそミルク煮 | 18 | いり大豆あえ<br>にじいろエッグ<br>ごはん みそワンタン<br>スープ       | 19 | こんぶサラダ<br>大豆ミートと鶏肉の<br>アップルジンジャーがらめ<br>ごはん こんこん汁       | 20 | きのこあえ<br>いわしの生姜煮<br>ごはん おでん              |
| 23 | 天皇誕生日                                   | 24 | れんこんアーモンドあえ<br>とんかつの甘辛煮<br>ごはん だんご汁                             | 25 | はりはあえ<br>さばのみそ煮<br>大豆ひじき<br>ごはん きのこと<br>すまし汁 | 26 | ナムル<br>えびシューマイ<br>ごはん マーボー豆腐                           | 27 | チッツサラダ<br>たまごロール<br>揚げパン 根菜ごろごろ<br>ポタージュ |

飲み物セレクト・減塩の日献立

おでんの日献立

バレンタイン献立

のりの日献立

黒川良安生誕給食