

2 月分給食献立表



行事の食事や地域の食事を知ろう 目

大田区立大森第一小学校

	∃	標 行事の食事や地域の食事を	知つり		人田区立人綵弗一月
施	曜日	献立		養 量 たんぱく質	おかずの作り方・おたより
3		大豆と青のりのごはん 牛乳 五目きんぴら いわしのつみれ汁	kcal 542	g 22.5	2月3日は立春です。暦の上では春です さはもうしばらく続きます。また、かぜや ルエンザなどがはやる季節です。手洗いや
4	火	麦ごはん 牛乳 チキンの香味ソース キャベツサラダ ミネストローネスープ	633	22.3	栄養、睡眠に留意して元気に過ごしましょ 2月6日は「海苔の日」です
5	水	カレー風味トースト 牛乳 ひよこ豆のチーズシチュー れんこんチップスサラダ	627	23.2	海苔はかつて、価値の高い食品とされて 大宝律令の中で「諸国指定産物」とされ、 年から年貢の対象産物となりました。その
6	木	胚芽ごはん 焼のり 牛乳 魚の西京焼き ごまあえ 五目汁	538	26.1	ら2月6日が海苔の日となりました。昭和 の埋め立てにより、大森の海苔養殖の歴史 られましたが、今も多くの海苔問屋が残り
7	金	チキンライス 牛乳 スパニッシュオムレツ 白菜とベーコンのスープ	605	26.4	全国から海苔が集まり、全国に販売される 通の要として生き続けています。こうした ら、大田区が応援するふるさとの名物とし
10	月	★みそラーメン 牛乳 ビーンズポテト くだもの	563	24.2	森海苔」があります。 大田区では先月1月24日から2月6日の日までを「大田区学校給食週間」となり
12	水	♪開校150周年記念給食♪ うなぎちらし 牛乳 ゆず香大根 すまし汁	539	21.9	今年はこの海苔の日に給食で焼き海苔を出地域の食の歴史として、長く受け継がれてものです。
13	木	玄米ご飯 牛乳 厚揚げの豚もやしあんかけ わかめとツナのマヨ和え	592	25.0	食いしん坊 はねぴょんが決まりまし 11月に全校児童が投票した、大田区学校 新しいキャラクター、『食いしん坊 はお
14	金	♪誕生会給食♪ ココアパン 牛乳 チャウダー バランスサラダ	546	20.2	ん』が決まりました。 大田区の学校
17	月	ごまごはん 牛乳 ★揚げぎょうざ チャーホーサイ わかめスープ	582	20.8	給食をこれから いっしょに盛り 上げてくれるこ
18	火	スパゲッティきのこクリームソース 牛乳 白菜とコーンのサラダ	558	22.5	とでしょう!
19	水	わかめごはん 牛乳 大根と豚肉のべっこう煮わかさぎのから揚げ	535	19.1	S ⊚⊁
20	木	♪6年生を送る会♪ チョコチップパン 牛乳 煮込みハンバーグ ジャーマンポテト トマトスープ デザートプリン	686	27.6	★リクエスト給食★ 今月のリクエストメニュー 5年生(主菜)揚げぎょうざ 6年生(めん)みそラーメン
21	金	豆入り中華おこわ 牛乳 豆腐ボールの甘酢あんかけ にらたまスープ	567	23.0	献立表には★印をつけています。 6年生は、今年度で大一小での給食が 年になるので、特別に2回リクエストメコ
25	火	カレーライス 福神漬 牛乳 わかめサラダ	657	20.8	が出ます。3月も楽しみにしていてくだる
26	水	肉野菜うどん 牛乳 レバーとじゃがいもの香味揚げ くだもの	581	26.9	◆ ◇ ♠ ☆ ♥ ◇ ♠ ☆ ♥ ◇ ♠ ☆ ♥ ◇今年度は特別に、PTAさんから、おいたがない。
27	木	麦ごはん お魚ふりかけ 牛乳 麩入り肉じゃが煮 大根サラダ	546	21.0	レゼントがあるそうです。毎日がんばって 大一小のみなさんに、楽しみとなるものを て、用意してくださいました。
28	金	ガーリックチーズトースト 牛乳 チキントマトシチュー もやしのカレー風味	579	24.4	150周年の開校記念日、2/12(水)の時間に配られます。お楽しみに!
1 ⊨	l あ	エネルギー たんぱく質 脂 質 ナトリウム カルシウ たりの kcal g g mg	が 数 mg	レチノール当 µgRE	

は立春です。暦の上では春ですが、寒 ばらく続きます。また、かぜやインフ どがはやる季節です。手洗いやうがい、 こ留意して元気に過ごしましょう。

月6日は「海苔の日」です

つて、価値の高い食品とされており、 中で「諸国指定産物」とされ、大宝2 の対象産物となりました。その歴史か が海苔の日となりました。昭和37年 こより、大森の海苔養殖の歴史は閉じ が、今も多くの海苔問屋が残り、日本 苔が集まり、全国に販売される海苔流 て生き続けています。こうした背景か が応援するふるさとの名物として「大 あります。

は先月1月24日から2月6日の海苔 「大田区学校給食週間」となりました。 海苔の日に給食で焼き海苔を出します。 歴史として、長く受け継がれてほしい

ん坊 はねびょんが決まりました!

校児童が投票した、大田区学校給食の ラクター、『食いしん坊 はねびょ りました。



★リクエスト給食★

は、今年度で大一小での給食が最後の Oで、特別に2回リクエストメニュー 3月も楽しみにしていてくださいね。

持別に、PTAさんから、おいしいプ あるそうです。毎日がんばっている、 なさんに、楽しみとなるものをと考え てくださいました。

の開校記念日、2/12(水)の給食 られます。お楽しみに!

												HL ME. 7 '	リ不氏示
	エネルギー	たんぱく質	脂質	ナトリウム	カルシウム	鉄	レチノール当量	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	食物繊維	マグネシウム	亜鉛
1日あたりの		g	g	(食塩相当量) g	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	mg	mg
平均栄養価	582	23. 2	22. 5	2. 1	339	2. 2	477	0.38	0. 64	27	6. 2	83	2. 9

- (注1) 栄養量は、中学年を1として考え、低学年0.85倍、高学年1.15倍とみてください。
- (注2) 食材料購入ならびに学校行事などの都合により献立を変更することがあります。