



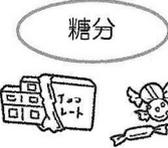
実施日	曜日	献立名	牛乳	エネルギー(kcal)
3	火	節分ごはん みそ汁	○	790
		小さいわしのカレー揚げ 果物(いちご)		
4	水	♪照り焼きチキンのセルフバーガー	○	774
		ミネストローネ ♪サイダーゼリー		
5	木	大田汐焼きそば	○	777
		♪たこぺったん 果物(かんきつ類)		
6	金	ごはん 卵入りコーンスープ	○	833
		かつおのチリソース 春雨の肉野菜炒め		
9	月	豚のしょうが焼き丼	○	841
		海藻サラダ ♪スイートポテト		
10	火	家常豆腐丼	○	789
		春雨スープ 果物(りんご)		
12	木	♪焦がしバターコーンライス オニオンスープ	○	743
		ガリバタサーモン レモンサラダ		
13	金	ごはん かき玉汁	○	775
		下仁田コロッケ 和風サラダ		
16	月	バターチキンカレーライス	○	888
		ミモザサラダ ♪フルーツポンチ		
17	火	ごはん ひじきふりかけ ♪白玉団子汁	○	849
		五目卵焼き 磯香和え		
18	水	♪アールグレイビスキュイパン	○	785
		白菜のミルクスープ 魚の唐揚げ		
19	木	ごはん 利休汁	○	746
		ぶりの照り焼き 野菜の土佐酢和え		
20	金	ソースカツ(勝つ)丼	○	772
		けんちん汁 じゃこ入りおひたし		
27	金	♪みそラーメン ♪青のりビーンズポテト	○	768
		チョレギサラダ 果物(かんきつ類)		

## 給食だより

### 【2月の給食目標】

#### 生活習慣病を予防しよう

生活習慣と関係の深い病気を「生活習慣病」といいます。今のうちから、生活習慣病を予防しましょう。



とりすぎると・・・

肥満や糖尿病、むし歯の原因になります。



とりすぎると・・・

肥満や脂質異常症の原因になります。



とりすぎると・・・

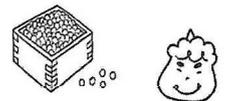
高血圧症や脳の血管の病気を引き起こす原因になります。

### 今月の献立から

1月24日～2月6日 「大田区学校給食週間」  
大田区学校給食週間の後半では、大田区の大田汐焼きそばとたこぺったん、東邦大学と共同開発した献立の一つ「かつおのチリソース」を提供します。

#### 3日 「節分献立」

2月3日は節分です。節分に豆まきをするのは、霊力があると考えられている豆の力で、鬼に見立てた災いや邪気を追い払うためだと言われています。豆まきのほかに、ヒイラギの枝にいわしの頭を刺して門に立てるなどして邪気を追い払う風習もあります。給食では、大豆を混ぜた節分ごはん、いわしのカレー揚げをおかずにしました。給食を食べて、鬼(災い)を追い払い、福を呼び込みましょう。



#### 13日 「下仁田コロッケ」

群馬県の特産品である下仁田ねぎを使用したコロッケです。下仁田ねぎの甘味としいたけの風味があとを引く味わいで、こんにゃくも入っています。

#### 20日 「ソースカツ(勝つ)丼」

縁起をかついで「勝つ」の文字を入れ、ソースカツ丼を提供します。3年生の入試、最後の定期考査があります。悔いを残さずに力を出し切れるよう、給食室でも応援しています。