



給食だより 2月号



令和3年度
明峰小学校

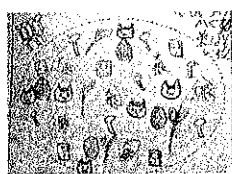
日ごとに光の量が増し、春の気配を感じますが、まだまだ寒さの厳しい日が続きます。寒さと菌に負けず、元気に冬を乗り切りましょう。

4年生の
考えた

ダッシュファーム野菜のすばらしさをつめこんだ給食のメニュー

4年生が総合の学習の時間に「食品ロス」について学習しています。その学習の中で、学校の畑（ダッシュファーム）で一生懸命に育てた野菜を使った給食のメニューを考えました。そのメニューを2月の給食で提供します。お楽しみに♪

3日「給食でおにぎりを飛ばすぞおみそしる」



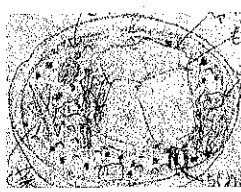
★大根・小松菜
★楽しんで、おにぎりを飛ばす気持ちで食べてください。

4日「ダッシュファームの野菜カレー!」



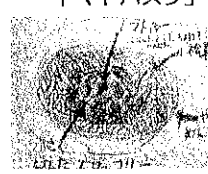
★かぶ・大根
★採れたてのかぶとだいこんです。寒いときに食べると温まります。

7日「ブクブクぶっ飛びみずなじる」



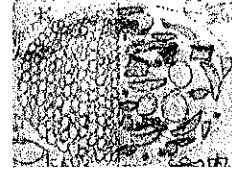
★水菜・わさび菜
★キャベツ
★水菜のおいしさと栄養を引き立てくれる食材を使っています。

8日「栄養たっぷりオンリーワン! ブロッコリートマトパスタ」



★ブロッコリー
★小松菜
★野菜がたくさん入っていて、栄養満点でとてもおいしいです。

15日「「野菜たっぷり」クリーミーシチューライス」



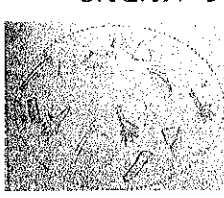
★キャベツ・大根・白菜
★ブロッコリー
★一生懸命作った野菜なので味わって食べてください。

16日「ふわふわとろろ〜りなおとろうどん」



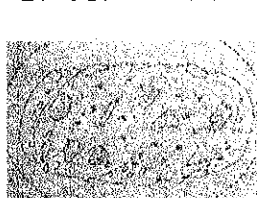
★大根・白菜
★寒い時期なので、とろろで温かいうどんを考えました。野菜と一緒に食べてください。

18日「冬でも温まるしんせんスープ」



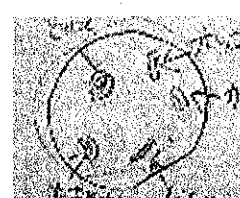
★水菜・かぶ
★思いを込めて作った野菜です。美味しく食べてください。

22日「あつあつ! とってもおいしいグラタン!」



★白菜・かぶ・ブロッコリー
★たっぷりおいしく食べて、体を温めてください。

28日「冬にぴったりホカホカシチュー」



★ブロッコリー・かぶ
★温かいシチューにかぶとブロッコリーがよく合います。

令和3年度

児童生徒の学校給食への思いがいっぱいだった作品を多数展示します!
(絵、習字、標語、作文など)

!!

学校給食展

昨年の学校給食展は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、開催を中止しました。

例年、公民館を使用して開催し、児童生徒の作品展示だけでなく、クイズラリーや釜のかき混ぜ体験など来場された方が、楽しんで学校給食のことを知っていただく機会となっていました。

しかし、開催が中止になっても、学校では1月の学校給食週間にあわせ、給食にまつわる作品をたくさん作っていました。

そこで! 児童生徒の作品を多くの方に見ていただきたいと思います。今年度は、市役所の市民ホールを使って、「ミニ学校給食展」を開催することにしました!

市役所にお越しの際は、ぜひご覧ください。



日にち: 令和4年2月24日(木)
~28日(月)

時間: 8:30~17:00

(28日は15:00まで)

会場: 所沢市役所 市民ホール

所沢市役所

住所: 所沢市並木1-1-1

- 電車をご利用の方
西武新宿線「航空公園駅」東口から徒歩3分
- バスをご利用の方
ところバス東路線(航空公園駅循環コース)
「所沢市役所」下車

主催 所沢市学校食育研究会・所沢市教育委員会
問合せ 所沢市教育委員会 保健給食課

tel: 04-2998-9249

fax: 04-2998-9167



家庭数



2月分学校給食予定献立表

【目標】バランスのよい食事のとり方を知ろう

太字は4年生が考えた
ダッシュファーム野菜を使った献立です。

令和3年度

所沢市立明峰小学校

日	曜日	献立名	(赤)主に体を作る食品	(緑)主に体の調子を整える食品	(黄)主にエネルギーになる食品	1人1日 kcal	たん白質 g
1	火	ふかがわめし 牛乳	とりにくのおこうじやき こうやどうふのごますあえ まゆだまじる	牛乳 あさり とりにく あぶらあげ こうやどうふ	しょうが にんじん ごぼう さやいんげん だいこん はくさい しいたけ ねぎ もやし キャベツ	こめ むぎ さとう しらたま ごま あぶら	588 27.7
2	水	フレンチトースト 牛乳	ベーコンサラダ ポトフ もものコンポート	牛乳 たまご とりにく ウインナー ひよこまめ ベーコン	にんじん たまねぎ きょうな かぶ しめじ とうもろこし ほうれんそう もも	パン さとう じゃがいも あぶら みずあめ かたくりこ バター	634 26.7
3	木	部分献立 ふくまめごはん 牛乳	いわしのいそべあげ はくさいのしおこんがあげ 給食でおいにふっ飛ばすぞおみそじる	牛乳 あぶらあげ だいず いわし あおりの しおこんが かまぼこ とうふ みそ きゅうり	にんじん さやいんげん しょうが だいこん えのき こまつな はくさい	こめ むぎ さとう こむぎこ あぶら	590 23.0
4	金	ダッシュファームの 野菜カレー！ 牛乳	キャベツのサラダ ヨーグルトあえ	牛乳 とりにく ツナ ヨーグルト	かぶ だいこん にんじん たまねぎ もも しょうが にんにく キャベツ あかピーマン きピーマン とうもろこし みかん りんご	こめ じゃがいも こむぎこ バター さとう あぶら	693 22.7
7	月	ひじきごはん 牛乳	さけのあまからあげ ほうれんそうのおひたし フクフクぶっ飛びみそなじる	牛乳 とりにく ひじき あぶらあげ さけ みそ ぶたにく ちくわ	にんじん さやいんげん きょうな もやし キャベツ わさびな ほうれんそう	こめ さとう あぶら かたくりこ トッポギ	662 28.9
8	火	常備だっぶり オンリーワン！ フロッコリートマトバスタ 牛乳	キャラメルポテト かぶのピクルス	牛乳 ベーコン チーズ クリーム バター	にんじん たまねぎ ブロッコリー こまつな にんにく トマト かぶ きゅうり	スパゲティ あぶら さとう さつまいも かたくりこ	658 21.9
9	水	タンタンそぼろどん 牛乳	はるさめサラダ こめこめんのスープ いちご	牛乳 ぶたにく みそ こうやどうふ とりにく いちご	しいたけ ねぎ しょうが にんにく たまねぎ にんじん チンゲンサイ キャベツ もやし いちご	こめ あぶら さとう こめこめん はるさめ	634 28.7
10	木	ごはん 牛乳	いかのさらさやき はくさいのにびたし おやこに	牛乳 いか とりにく かまぼこ たまご あぶらあげ	しょうが たまねぎ にんじん さやえんどう はくさい	こめ さとう じゃがいも あぶら かたくりこ	612 32.1
14	月	バレンタイン献立 こどもパン スライス 牛乳	ホキフライのタルタルソースかけ こんさいのソテー コンソメスープ チョコプリン	牛乳 ホキ ウインナー ベーコン	しょうが きゅうり たまねぎ セロリ にんじん きょうな えのき れんこん かぶ さやいんげん にんにく	パン こむぎこ パンこ あぶら マヨネーズ さとう バター チョコプリン	656 25.7
15	火	「野菜だっぶり」 クリーミー シチューライス 牛乳	こまつなサラダ かんべい(オレンジ)	牛乳 とりにく ツナ	にんじん たまねぎ はくさい だいこん ブロッコリー キャベツ ねぎ こまつな とうもろこし かんべい	こめ じゃがいも あぶら さつまいも さとう こむぎこ バター	598 21.3
16	水	ふわふわとろろ〜い なおとろうどん 牛乳	みそポテト かりかりだいずサラダ	牛乳 あぶらあげ ちくわ たまご みそ だいず ちりめんじゃこ	だいこん はくさい にんじん ねぎ ごぼう しいたけ きゅうり ほうれんそう	うどん さといも かたくりこ こむぎこ じゃがいも さとう スパイスドックミックス あぶら	581 21.6
17	木	プルコギどん 牛乳	もやしのナムル チンゲンサイのスープ はちみつレモンゼリー	牛乳 ぎゅうにく とりにく とうふ ハム	にんじん ねぎ にんにく たまねぎ チンゲンサイ たけのこ ピーマン じゃ しょうが もやし しらす	こめ さとう あぶら かたくりこ はるさめ はちみつレモンゼリー	681 28.6
18	金	かりかりうめ ごはん 牛乳	とりにくのひばりあげ かわりきんぴら 冬でも温まるしんせんスープ	牛乳 ちりめんじゃこ とりにく なまあげ みそ ぶたにく	うめ しょうが たまねぎ きょうな かぶ こんにゃく ごぼう にんじん さやいんげん れんこん	こめ こむぎこ パンこ むぎ あぶら さとう	661 28.8
21	月	タンタンめん 牛乳	うずらたまごのくしフライ だいこんときゅうりのちゅうかふうつけもの	牛乳 ぶたにく みそ うずらたまごくしフライ	にんじん たけのこ たまねぎ ねぎ しょうが にんにく しいたけ きくらげ チンゲンサイ だいこん きゅうり	ちゅうかめん あぶら さとう かたくりこ	661 28.6
22	火	バターロール コーヒーマルク 牛乳	あっつあつ！とってもおいしいグラタン！ ジャーマンポテト プチプチむぎスープ	コーヒーマルク 牛乳 とりにく チーズ ウインナー ベーコン	はくさい かぶ ブロッコリー にんじん キャベツ たまねぎ	パン マカロニ あぶら さとう こむぎこ バター パンこ むぎ じゃがいも	661 25.4
24	木	ごはん 牛乳	さわらのさいきょうやき こまつなのうめじょうゆあえ すきやきに	牛乳 さわらさいきょうづけ ぎゅうにく とうふ	しらたき はくさい しゅんぎく にんじん ねぎ こまつな もやし うめ	こめ さとう あぶら	600 29.6
25	金	パエリア 牛乳	さといもコロッケ ほうれんそうサラダ コーンスープ	牛乳 えび いか とりにく ハム	ピーマン たまねぎ にんにく トマト とうもろこし にんじん ほうれんそう	こめ バター あぶら さといもコロッケ さとう	659 25.7
28	月	きなこあげパン 牛乳	パリパリサラダ 冬にぴったりホカホカシチュー いちご	牛乳 きなこ とりにく	にんじん たまねぎ かぶ ブロッコリー キャベツ きゅうり いちご	パン あぶら さとう じゃがいも こむぎこ バター ぎょうざのかわ	712 25.2
平均						641	26.2

★ 材料入荷の都合により献立が変更になることがあります。予めご了承ください。

★ 給食セット(はし・マスク・ナプキン)は毎日持たせてください。