



食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食の栄養基準量		C=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
	小学校	650kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g
	中学校	830kcal	27.0~41.5g	18.4~27.7g

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。

※材料・その他の都合により献立を変更することがあります。

※なまり節や魚は骨を取り除いていますが、一部残ってしまう場合があります。注意して食べましょう。

※児童生徒の給食費(小学校4200円、中学校4600円)は市が負担しています。



こ ん だ て	<p>《欠食予定》</p> <p>25日(金)砂川小全学年</p> <p>《無償提供品のご案内》</p> <p>* 紅芋ペースト *</p> <p>提供日:2月24日</p> <p>「県内学校給食への甘藷提供事業」を活用して提供いただきました。</p>	<p>1(火) 旧正月</p>	<p>2(水) 麩の日</p>	<p>3(木) 節分、大豆の日</p>	<p>4(金)</p>																																																	
	小学校	C 664 P 28.9 F 21	C 648 P 28.2 F 21.2	C 611 P 25.5 F 17.5	C 638 P 26.7 F 24.1																																																	
	中学校	C 800 P 35.1 F 24.4	C 824 P 36.1 F 26.7	C 730 P 28.9 F 19	C 768 P 32.1 F 28.3																																																	
こ ん だ て	<p>7(月)</p>	<p>8(火) にわとりの日</p>	<p>9(水) 肉の日</p>	<p>10(木)</p>	<p>11(金) 建国記念の日</p>																																																	
	小学校	C 821 P 28.8 F 29.3	C 612 P 27.6 F 25.6	C 607 P 25.4 F 18	C 659 P 32.7 F 19.2																																																	
	中学校	C 995 P 33.1 F 35.5	C 766 P 34.1 F 31	C 758 P 31.9 F 21.9	C 805 P 39.8 F 22.4																																																	
こ ん だ て	<p>14(月) バレンタインデー</p>	<p>15(火) 旧十六日祭献立</p>	<p>16(水) 旧十六日祭</p>	<p>17(木) 千切り大根の日</p>	<p>18(金) 食育の日献立~福島県~</p>																																																	
	小学校	C 864 P 29.6 F 30.6	C 639 P 31.5 F 19.7		C 661 P 30.1 F 21																																																	
	中学校	C 864 P 34.6 F 35.6	C 786 P 39.5 F 22.9		C 787 P 34.6 F 23																																																	
こ ん だ て	<p>21(月)</p>	<p>22(火) おでんの日</p>	<p>23(水) 天皇誕生日</p>	<p>24(木) 紅芋ペースト無償提供</p>	<p>25(金)</p>																																																	
	小学校	C 598 P 23.4 F 23.4	C 720 P 32.6 F 22.5		C 648 P 25.8 F 22.3																																																	
	中学校	C 722 P 28.5 F 28.3	C 901 P 40 F 27.4		C 788 P 31.6 F 26.1																																																	
こ ん だ て	<p>28(月)</p>	<p>栄養指導目標： まめからつくられるたべものをしよう</p> <p>2月3日は節分です。節分には、病気や災いを鬼に見立て、豆をまいて追い払う、豆まきを行う習慣があります。今月は節分にちなんで、豆をはじめ、豆からつくられる食品を多く取り入れています。</p> <p>料理に使うしょうゆやみそなどの調味料も大豆からできているよ！</p>		<p>リクエスト給食</p> <p>中学3年生が給食を食べる機会も残りわずかとなりました。</p> <p>リクエスト給食のアンケート結果を発表します。最後まで友人・先生方と楽しい給食時間を過ごしてください♪</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">主食の部</th> <th colspan="2">おかずの部</th> <th colspan="2">デザート部</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td>わかめごはん</td><td>1</td><td>グルクンのからあげ</td><td>1</td><td>べにいもスイートポテト</td></tr> <tr><td>2</td><td>みそラーメン</td><td>2</td><td>じゃがぶたキムチ</td><td>2</td><td>ライチゼリー</td></tr> <tr><td>3</td><td>ジャージャーめん</td><td>3</td><td>ぶたにくのしょうがやき</td><td>3</td><td>フルーツナタデココ</td></tr> <tr><td>4</td><td>きなこあげパン</td><td>4</td><td>にくじゃが</td><td>4</td><td>べにいもカップケーキ</td></tr> <tr><td>5</td><td>みやこそば</td><td>5</td><td>とりにくのこうみやき</td><td>5</td><td>ムース</td></tr> <tr><td>6</td><td>カレーそば</td><td>6</td><td>ちくわのいそべあげ</td><td>6</td><td>シークワーサーゼリー</td></tr> <tr><td>7</td><td>タコライス</td><td>7</td><td>てりやきハンバーグ</td><td>7</td><td>だいがくいも</td></tr> </tbody> </table> <p>1月の提供は黄色、2月の提供はピンクです。3月もお楽しみに！</p>			主食の部		おかずの部		デザート部		1	わかめごはん	1	グルクンのからあげ	1	べにいもスイートポテト	2	みそラーメン	2	じゃがぶたキムチ	2	ライチゼリー	3	ジャージャーめん	3	ぶたにくのしょうがやき	3	フルーツナタデココ	4	きなこあげパン	4	にくじゃが	4	べにいもカップケーキ	5	みやこそば	5	とりにくのこうみやき	5	ムース	6	カレーそば	6	ちくわのいそべあげ	6	シークワーサーゼリー	7	タコライス	7	てりやきハンバーグ	7	だいがくいも
	主食の部		おかずの部		デザート部																																																	
	1	わかめごはん	1	グルクンのからあげ	1	べにいもスイートポテト																																																
2	みそラーメン	2	じゃがぶたキムチ	2	ライチゼリー																																																	
3	ジャージャーめん	3	ぶたにくのしょうがやき	3	フルーツナタデココ																																																	
4	きなこあげパン	4	にくじゃが	4	べにいもカップケーキ																																																	
5	みやこそば	5	とりにくのこうみやき	5	ムース																																																	
6	カレーそば	6	ちくわのいそべあげ	6	シークワーサーゼリー																																																	
7	タコライス	7	てりやきハンバーグ	7	だいがくいも																																																	
小学校	C 700 P 28.3 F 23			C 604 P 24.8 F 17																																																		
中学校	C 849 P 34 F 27.3			C 741 P 30.1 F 19.8																																																		