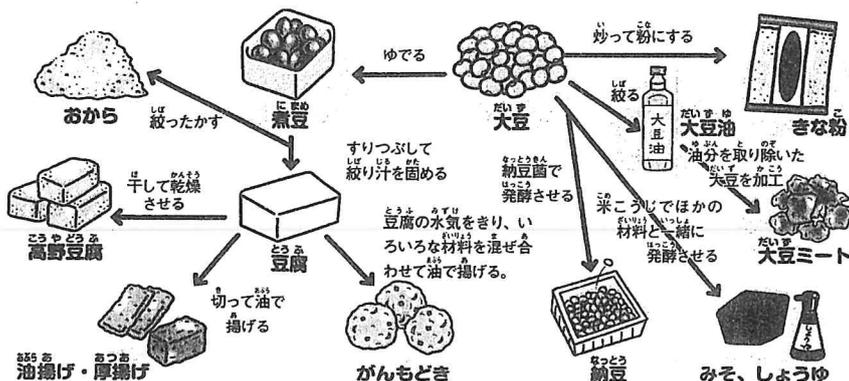


※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に  
 裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。  
 家庭・学級においても毎日確認してください。  
 ※材料・天候によって献立を変更することがあります。



	2(月) 北小・島小欠食	3(火) 節分献立	4(水)	5(木)	6(金)
こ ん だ て	くだもの みそ串カツ人參シリシリー ごはん 小松菜のすまし汁	手巻き用 手巻きのリウインナー・卵 ツナマヨ和え 節分豆 酢飯 鶏汁	フルーツカクテル ブロッコリーサラダ ごはん ★ハヤシライス	ハンバーグの 野菜あんかけ じゃがいものきんぴら 麦ごはん 玉ねぎのみそ汁	魚のチーズ焼き 豆乳プリンタルト ほうれん草と コーンのソテー トマトとピーマン のピラフ
小学校	C 863 P 34.2 F 29	C 600 P 27.3 F 18.3	C 676 P 17 F 24.6	C 642 P 23.9 F 20.2	C 619 P 23.1 F 25.6
中学校	C 863 P 34.2 F 29	C 692 P 30.2 F 19.4	C 797 P 19.1 F 26.6	C 769 P 27.9 F 23	C 696 P 27.4 F 28.3
こ ん だ て	9(月) 青菜としらすの ふりかけ 大根の梅肉和え ごはん すき焼き	10(火) ★ミルク(ココア) くだもの チキンのマーマレード焼き バジルスバゲティアーモンド サラダ	11(水) 建国記念日 	12(木) バイン缶 スッキーニとポテトのソテー 黒米粉パン ★さつまいもの シチュー	13(金) HAPPY VALENTINE'S DAY チョコチップ マフィン なすみそ炒め ごはん 小松菜のスープ
小学校	C 614 P 21.5 F 24	C 631 P 25.4 F 28.5	C 638 P 20.9 F 23.4	C 671 P 22.9 F 22.8	
中学校	C 730 P 24.7 F 27.4	C 723 P 29.4 F 32.8	C 781 P 25.5 F 27.6	C 800 P 26.7 F 25.9	
こ ん だ て	16(月) くだもの たけのこ 豚肉とチンゲン菜炒め しゅうまい ごはん 春雨スープ	17(火) 旧正月献立 黒糖まんじゅう 大根のウサチ クープジュシーシカムドウチ	18(水) スライスチーズ 照焼チキン パテン コールスローサラダ バーガーパン ABCスープ	19(木) ちくわの マヨネーズ焼き チンジャオロース ごはん 豆腐の中華スープ	20(金) くだもの 星のコロッケ 親子丼 (ごはん) きのご汁
小学校	C 590 P 23.7 F 15.2	C 563 P 22.6 F 16.1	C 617 P 27.3 F 26.4	C 621 P 20.3 F 24.5	C 648 P 27.5 F 16.3
中学校	C 689 P 26.8 F 16.5	C 626 P 25.6 F 17.8	C 746 P 31.7 F 29.8	C 751 P 24.9 F 28.1	C 751 P 31.2 F 17.7
こ ん だ て	23(月) 天皇誕生日 	24(火) シナモン ポテト チャプチェ ごはん 中華団子スープ	25(水) (小6・中3のみ) 本シークワーサーソルベ りんごゼリー (小6・中3以外) もずく入り卵焼き 青菜の白あえ 梅しごごはん さつま汁	26(木) 魚の蒲焼き 磯香和え ごはん 大根のそぼろ煮	27(金) 米粉ドッグミニ ぎょうざ ☆みそラーメン キムチ和え
小学校	C 604 P 18.6 F 16.9	C 633 P 25.5 F 18.4	C 664 P 29.1 F 25.6	C 586 P 25.1 F 19.9	
中学校	C 737 P 21.3 F 18.5	C 747 P 29.5 F 20.7	C 795 P 34.1 F 29.5	C 697 P 30.7 F 21.7	

豆まきには、炒った大豆がよく使われます。大豆にはビタミンB群、E、カルシウム、マグネシウム、鉄といった無機質（ミネラル）や食物繊維も含まれています。しかし、大豆はそのまま食べても消化されず、栄養も吸収されません。そこで昔から大豆の豊富な栄養を最大限に生かすため、いろいろな加工品が作られてきました。



★印のついたメニューは、リクエストのあったメニューです！

HAPPY BIRTHDAY  
 2月2日で  
 給食調理場 58歳!!

北中城村の学校給食は、昭和43年2月2日  
 から給食がスタートしました。

当時の給食は、  
 【牛乳、パン、チーズ、おかず】  
 でした。

