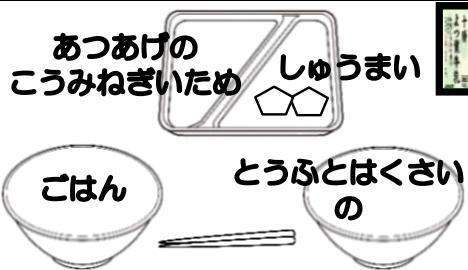
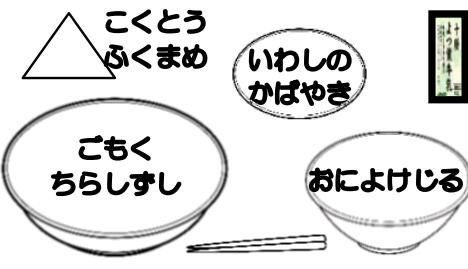


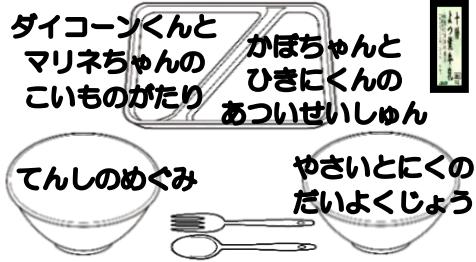
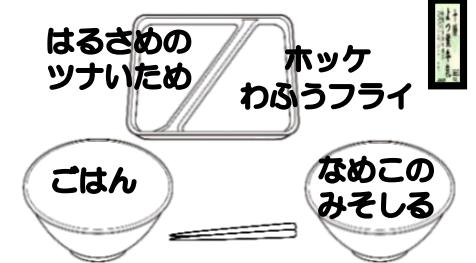
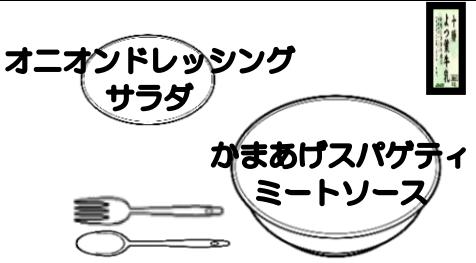
いただきます

2月

年組

		こんだて
2 日 (月)	 <p>あつあげの こうみねぎいため しゅうまい ごはん とうふとはくさいの とく</p>	<p>ごはん とうふとはくさいのちゅうかスープ しゅうまい あつあげのこうみねぎいため 牛乳</p>
	<p>★クイズ★</p> <p>「厚揚げ」は、あるものを油で揚げて作っています。何を揚げて作っているでしょう？</p> <p>①こんにゃく ②はんぺん ③豆腐</p> <p>答え：③豆腐</p>	<p>★きゅうしょくのかんそう★</p>
3 日 (火)	 <p>こくとう ふくまめ いわしのかばやき ごもく ちらしずし おによけじる</p>	<p>ごもくちらしずし おによけじる いわしのかばやき こくとうふくまめ 牛乳</p>
	<p>★ひとこと★</p> <p>今日は節分です。節分は、鬼を追い払うために、豆をまいたり、恵万巻や、いわしを食べたりして、一年の健康を祈る日です。</p> <p>自分や、家族の健康を祈って、今日の給食を食べましょう。</p>	<p>★きゅうしょくのかんそう★</p>
4 日 (水)	 <p>キャベツの まめあえ コロコロチキン つばさをさすけ コッペパン おいCうれしABCスープ</p>	<p>コツペパン おいしーうれしー ABCスープ コロコロチキンつばさをさすける キャベツのまめあえ (ミルク) きょうビジュいいじゃん</p>
	<p>★ひとこと★</p> <p>今日の給食は、川西中学校の2年生がユニークなメニュー名を考えてくれました！</p> <p>おいしく楽しく食べて下さいね☆</p>	<p>★きゅうしょくのかんそう★</p>

5 日 (木)	<p>とりそぼろどん</p> <p>ちゅしとわかめのみそしる</p>	<p>とりそぼろどん</p> <p>もやしとわかめのみそしる</p> <p>はくさいのおかかあえ</p> <p>牛乳</p>
	<p>★クイズ★</p> <p>とりそぼろ丼の具は、色々な食材を細かく切り、食べやすく作っています。具には何種類の食材を使っているでしょう？</p> <p>①5種類 ②2種類 ③3種類</p> <p>答え：①5種類</p>	<p>★きゅうしょくのかんそう★</p>
6 日 (金)	<p>わかめうどん</p>	<p>わかめうどん</p> <p>ちくわとれんこんのあまからいため</p> <p>牛乳</p>
	<p>★ひとこと★</p> <p>れんこんは、シャキシャキとして、歯ざわりが良い食材です。ビタミンCも豊富で、免疫力をあげてくれます。れんこんが苦手な人も、ひとつちは食べてくださいね。</p>	<p>★きゅうしょくのかんそう★</p>
9 日 (月)	<p>3しょくでこころを うぱっちゃうぞ♡ きんぴらより きみのハートまで やきつくすやきつくね</p> <p>もちもちすぎてつかれちゃうまい ブーブーじる</p>	<p>もちもちすぎてつかれちゃうまい</p> <p>ブーブーじる</p> <p>きみのハートまでやきつくすやきつくね</p> <p>3しょくでこころをうぱっちゃうぞ♡きんぴらより</p> <p>ていばんの牛乳です</p>
	<p>★クイズ★</p> <p>「ブーブー汁」には、じゃが芋が入っていますが、じゃが芋はどこに保存すると長持ちしやすいでしょうか？</p> <p>①日の当たるところ ②冷蔵庫 ③風通しの良い暗いところ</p> <p>答え：③風通しの良い暗いところ</p>	<p>★きゅうしょくのかんそう★</p>

10 日 (火)	 <p>ダイコーンくんと マリネちゃんの こいものがたり</p> <p>かぼちゃんと ひきにくんの あついせいしゅん</p> <p>てんしのめぐみ</p> <p>やさいとにかくの たいよくじょう</p> <p>★クイズ★</p> <p>大根の白い部分に一番多いビタミンはどれでしょうか。 ①ビタミンB1 ②ビタミンA ③ビタミンC 答え：③ビタミンC</p>	<p>てんしのめぐみ</p> <p>やさいとにかくの たいよくじょう</p> <p>かぼちゃんとひきにくんのあついせいしゅん</p> <p>ダイコーンくんとマリネちゃんのこいものがたり</p> <p>モ～やめられない牛乳</p> <p>★きゅうしょくのかんそう★</p>
12 日 (木)	 <p>はるさめの ツナいため</p> <p>ホッケ わふうフライ</p> <p>ごはん</p> <p>なめこの みそしる</p> <p>★クイズ★</p> <p>みそは地域ごとにさまざまな種類が作られています。大きくわけて「米みそ」「豆みそ」「麦みそ」の3種類ありますが、北海道で多く使われているみそは、次のうちどれでしょうか。 ①米みそ ②豆みそ ③麦みそ 答え：①米みそ</p>	<p>ごはん</p> <p>なめこのみそしる</p> <p>ホッケわふうフライ</p> <p>はるさめのツナいため</p> <p>牛乳</p> <p>★きゅうしょくのかんそう★</p>
13 日 (金)	 <p>オニオンドレッシング サラダ</p> <p>かまあげスパグティ ミートソース</p> <p>かまあげスパグティ ミートソース</p> <p>★クイズ★</p> <p>今日のサラダに、きゅうりを使っていますが、きゅうりには、なぜトゲトゲがあるのでしょうか。 ①食べられたくないから ②雨の水がたまりやすいから ③虫が登りやすいから 答え：①食べられたくないから</p>	<p>かまあげスパグティミートソース</p> <p>オニオンドレッシングサラダ</p> <p>牛乳</p> <p>★きゅうしょくのかんそう★</p>

		ぶたすきやきどん とうふのみそしる キャベツのうめあえ 牛乳
16 日 (月)	<p>★クイズ★</p> <p>「豚すき焼き丼」にはしらたきが入っていますが、しらたきは、ある「いも」から作られています。その「いも」は次のうちどれでしょうか。</p> <p>①さつまいも ②こんにゃくいも ③じゃがいも</p> <p>答え：②こんにゃくいも</p>	<p>★きゅうしょくのかんそう★</p>
17 日 (火)		ごはん たまねぎのみそしる さばトマトに わふうだいこんサラダ 牛乳
	<p>★クイズ★</p> <p>今日の「さばのトマト煮」のトマトにはうま味を感じる成分がたくさん含まれています。トマトと同じ成分を含む食べ物はどれでしょう？</p> <p>①セロリ ②りんご ③昆布</p> <p>答え：③昆布</p>	<p>★きゅうしょくのかんそう★</p>
18 日 (水)		ちゃいいろいつぶがひをふくぜ！チョコチップパン ミンナタベヨーネミネストローネ あいのハンバーグ コーンちくわサラダ デ・ザート 牛乳
	<p>★クイズ★</p> <p>今日はチョコチップパンのチョコレートはある豆から作られています。何という豆から作られるでしょうか？</p> <p>①ココア ②カカオ ③オカカ</p> <p>答え：②カカオ</p>	<p>★きゅうしょくのかんそう★</p>

		いつものごはん はくさいのみそしる ぶたにくとえのきのプール きゅうりこんぶ キャベツ 牛乳
19 日 (木)	<p>★クイズ★</p> <p>きゅうしょく みそしる にぼ こんぶ だし 給食のお味噌汁は、煮干しと昆布で出汁を とっていますが、煮干しに多く使われてい る魚の種類は次のうちどれでしょうか。</p> <p>①イワシ ②サンマ ③メダカ</p> <p>答え: ①イワシ</p>	<p>★きゅうしょくのかんそう★</p>
		しおラーメン はるまき 牛乳
20 日 (金)	<p>★クイズ★</p> <p>はるまき なまえ ゆらい つぎ 「春巻き」の名前の由来は次のうちどれで しょう?</p> <p>①春さんという人が考えたから ②食材に春雨を入れたから ③春の野菜を巻いて作っていたから</p> <p>答え: ③春の野菜を巻いて作っていたから</p>	<p>★きゅうしょくのかんそう★</p>
		ごはん わかめスープ すぶた ちゅうかサラダ 牛乳
24 日 (火)	<p>★クイズ★</p> <p>すぶた あ ぶたにく やさい いた あます 酢豚は、揚げた豚肉と野菜を炒め、甘酢あ んをからめた料理ですが、酢豚はどこの國 の料理でしようか?</p> <p>①韓国 ②インド ③中国</p> <p>答え: ③中国</p>	<p>★きゅうしょくのかんそう★</p>

	<p>ちちゅうかいのかぜをかんじるサラダ とりところも たまねぎくんスープ ブランパン</p>	<p>ブランパン たまねぎくんスープ とりところも ちちゅうかいのかぜをかんじるサラダ 牛乳</p>
25 日 (水)	<p>★クイズ★</p> <p>給食のスープは、たくさん量を作るため、とっても大きな鍋で作りますが、一つの鍋で何人分のスープが作れるでしょう？</p> <p>①約100人分 ②約500人分 ③約1000人分</p> <p>答え：③約1000人分</p>	<p>★きゅうしょくのかんそう★</p>
	<p>フルーツカクテル ポークカレーライス</p>	<p>ポークカレーライス フルーツカクテル 牛乳</p>
26 日 (木)	<p>★ひとつこと★</p> <p>今日の「カレーライス」のじゃが芋には、体のエネルギーになる炭水化物や、お腹の調子を整える食物繊維、風邪の予防に役立つビタミンCが多く含む食材です。しっかり食べて元気な体を保ちましょう。</p>	<p>★きゅうしょくのかんそう★</p>
	<p>コールスローサラダ ペンネデミグラスソース</p>	<p>ペンネデミグラスソース コールスローサラダ 牛乳</p>
27 日 (金)	<p>★クイズ★</p> <p>給食の牛乳は、十勝の牛からしぼられた新鮮でおいしい牛乳ですが、牛乳から作られているものはどれでしょう？</p> <p>①バター ②マーガリン ③マヨネーズ</p> <p>答え：①バター</p>	<p>★きゅうしょくのかんそう★</p>