



2月 給食献立表



令和2年度 ★印は給食ポスのリクエスト、☆は6年生のリクエストメニューです

港区立赤坂小学校

1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)
★親子丼 味噌けんちん汁 ★果物(いちご) 牛乳	ご飯 鶏肉と大豆の香り揚げ 白菜とキュウリの漬物 イワシのつみれ汁 牛乳 節分給食	★カレーうどん ごま味噌和え 大学芋 牛乳	ご飯 真鯛のスペイン風 バaconと野菜のカレーソテー 洋風玉子スープ 牛乳 水産業支援	★りんごとシナモンのトースト ★ガーリックトースト ボルシチ 果物(みかん) 牛乳
今日の果物は福岡県でとれたあまおうという種類のいちごです。いちごには、ビタミンCがたくさん含まれているので、風邪の予防に効果があります。	今年の節分は124年ぶりに2月2日です。この日には豆まきをして、イワシの頭を飾り、厄除けをします。今日はその豆とイワシを使った給食です。	今日は旬のさつま芋を使った人気デザートの大芋芋です。2階配膳室横にレシピを置いておくので、おうちの人と一緒に作ってみてください。	新型コロナウイルスの影響で余った真鯛を愛媛県から無償でいただきました。今日はその真鯛をトマト味にしたスペイン風を作ります。	今日はリクエストのトーストです。他にもリクエストしたいメニューがある人は、ぜひ給食ポストに手紙を入れてください。
8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)
鮭ご飯 さつま揚げと野菜のうま煮 ★そうめん汁 牛乳	鶏ときのこのクリームスパゲティ ブロッコリーサラダ 米粉のガトーショコラ 牛乳 バレンタイン給食	国産小麦のバターロールパン 黒毛和牛のビーフシチュー バジルドレッシングサラダ 果物(いちご) ★ジョア(マスカット味) 食肉産業支援	建国記念の日	チャーハン 春雨サラダ 肉団子とレタスのスープ 牛乳
鮭ご飯の鮭は、骨が入らないように調理員さんが1時間かけて丁寧に骨取りをしています。感謝の気持ちでいただきます。	今日はバレンタインに合わせてPTAからみなさんに米粉のガトーショコラをプレゼントします。よく味わって食べてくださいね。	先月に引き続き、国の補助を受けて給食で和牛肉を使うことになりました。今日は和牛肉がゴロゴロ入ったビーフシチューです。		チャーハンは漢字で「炒飯」と書き、文字通りご飯を炒めて作ります。給食では量が多いので、具は別に炒めて混ぜご飯にしています。
15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金) 食育の日
☆カレーライス コーンサラダ ★果物(りんご) 牛乳 ラッキーアイテム	☆ご飯 ★☆ハンバーグトマトソース コールスローサラダ エリンギと野菜のスープ 牛乳	高野豆腐のそぼろ丼 わかめとじゃが芋の味噌汁 ★果物(メロン) 牛乳	★ゆかりご飯 竹輪とししゃもの2色揚げ 磯和え 吉野汁 牛乳	ご飯 ★ひじきの玉子焼き 根菜の炒め煮 せんだご汁 牛乳 熊本県郷土料理
今日は月に一度のラッキーアイテムの日です。各クラスに星形とハート型のラッキー人形が4つ入っています。誰に当たるかお楽しみに。	ハンバーグは大人気のメニューです。前回よりも量を増やして、少し大きくしました。レシピを欲しい人は2階配膳室まで取りに来てください。	今日の果物は静岡県でとれたマスクメロンです。とても香りが良く、皮に細かい網目ができるのが特徴です。	竹輪はチーズ味、ししゃもは青のり味の天ぷらにします。ししゃもは骨ごと食べられるので、強い骨を作るのに役立つカルシウムをたっぷりとることができます。	今日は熊本の郷土料理せんだご汁です。熊本でよくとれるさつま芋を団子にして、汁に入れて作ります。
22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)
ご飯 ひじきのふりかけ ☆肉じゃが 小松菜と玉ねぎの味噌汁 牛乳	天皇誕生日	ご飯 ★黒毛和牛のサイコロステーキ ごま和え 豆腐とわかめの味噌汁 麦茶 食肉産業支援	☆味噌ラーメン ☆じゃこと野菜のバリバリサラダ ☆スイートポテト 牛乳 誕生日給食	ご飯 鯖のみぞれ焼き ☆じゃが芋のきんぴら ★かき玉汁 牛乳
ひじきは鉄分が多いので、成長期のみなさんにはぴったりの食べ物です。血を作るものになるので、貧血を防いで元気に活動することができます。		今日は国の補助を受けて和牛肉を使い、サイコロステーキを作ります。大根おろしの和風ソースをからめていただきます。	今月の誕生日給食は旬のさつま芋を使ったスイートポテトです。2月生まれのみなさん、お誕生日おめでとございます。	鯖は漢字で魚へんに春と書きますが、関東では冬が旬とされています。関西では春が旬とされ、日本の中でも地域によって旬が異なる魚です。

☆ **6年生リクエスト給食 アンケート結果** ☆ ()は人数



6年生が赤坂小で給食を食べられるのもあと2か月になりました。6年生の卒業をお祝いして、もう一度食べたい給食のアンケートをとりました。上位に入ったリクエストメニューを2月と3月の給食で実施します。献立表の☆印のメニューが6年生のリクエストですので、楽しみにしてください。リクエストのアンケート結果は以下の通りです。

<主食> 1位…揚げパン(16) 2位…カレーライス(11) 3位…ラーメン(9) 4位…ご飯(8) 5位…うどん(7)

<主菜> 1位…唐揚げ(12) 2位…ジャンボ揚げ餃子(10) 3位…グラタン、肉じゃが(8) 5位…ハンバーグ(7)

<副菜> 1位…パリパリサラダ(25) 2位…クルトンサラダ(10) 3位…きんぴら(8) 4位…漬物(4) 5位…磯和え、ビーンズポテト、海藻サラダ(3)

<デザート> 1位…フルーツポンチ、みたらし団子(11) 3位…ゼリー(9) 4位…スイートポテト、ケーキ(6)

☆ **2月給食目標** ☆ 「はしを正しく使って食べよう」