

令和7年 2月分

学 校 給 食 こ ん だ て 表

〔柿崎小学校〕上越市教育委員会

日	曜	献立名		使用材料名			エネルギー	たん白質	
		主食	飲み物	おかず	血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子を整えるもの	Kcal	g
3	月	ごはん	ぎゅうにゅう	【せつぶんこんだて】 いわしのかばやき はくさいとはるさめのサラダ せつぶんおすまし こくとうふくまめ	ぎゅうにゅう いわし ハム かまぼこ とうふ わかめ こくとうふくまめ	こめ かたくりこ あぶら さとう ごま はるさめ ごまあぶら	はくさい こまつな コーン にんじん えのきたけ たけのこ	668	26.3
4	火	キャロット ピラフ	ぎゅうにゅう	とうにゅうクリームの せつげんソース アーモンドサラダ	ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう しろいんげんまめ	こめ あぶら こめこ アーモンド	にんじん コーン あかピーマン たまねぎ はくさい エリンギ ブロッコリー キャベツ きゅうり	612	21.7
5	水	ごはん	ぎゅうにゅう	さばのピリリやき のりふうみあえ あつあげのみそしる	ぎゅうにゅう さば のり あつあげ みそ だいず	こめ ごまあぶら さとう じゃがいも	しょうが ながねぎ ほうれんそう もやし にんじん だいこん えのきたけ アスパラな	614	28.8
6	木	ごはん	ぎゅうにゅう	ごまやきにく はくさいのしょうゆフレンチ ふぶきじる	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ	こめ あぶら さとう ごま かたくりこ さといも	たまねぎ にんにく はくさい ほうれんそう もやし かぶ にんじん なめこ ながねぎ	618	26.1
7	金	ごはん	ぎゅうにゅう	【ふるさとこんだて】 ししゃものいそパンこやき(4年～2尾) オータムポエムのマヨネーズあえ こんさいとんじる	ぎゅうにゅう ししゃも あおのり ちくわ ぶたにく みそ だいず	こめ オリーブゆ パンこ さとう ノンエッグマヨネーズ じゃがいも	キャベツ アスパラな にんじん だいこん れんこん ごぼう ながねぎ こんにゃく	636	26.9
10	月	ごはん	ぎゅうにゅう	とりにくのカレーこうじやき あぶらげあえ さつまいものみそしる	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ とうふ みそ だいず	こめ さとう ごまあぶら ごま さつまいも	ほうれんそう もやし にんじん はくさい えのきたけ ながねぎ こんにゃく	618	25.8
12	水	セルフの ホットドック (コッペパン)	ぎゅうにゅう	コーヒーのもと ウインナー ツナとわかめのサラダ コーンチャウダー	ぎゅうにゅう ウインナー わかめ ツナ ベーコン とうにゅう しろいんげんまめ	パン コーヒーのもと さとう あぶら じゃがいも こめこ	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ コーン	631	25.6
13	木	ごはん	ぎゅうにゅう	たらのかんずりソース かんぼしだいこんのもの こうやどうふのかきたまじる	ぎゅうにゅう たら みそ さつまあげ こうやどうふ たまご	こめ かたくりこ あぶら さとう ごま	トマト だいこん にんじん さやいんげん えのきたけ はくさい こまつな	607	27.2
14	金	ごはん	ぎゅうにゅう	チキンピーンズカレー じゃこサラダ	ぎゅうにゅう とりにく だいず ちりめんじゃこ	こめ じゃがいも あぶら カレールウ さとう	にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく キャベツ きゅうり コーン	634	21.6
17	月	ごはん	ぎゅうにゅう	さけのてりやき だいこんとぶたにくのこつてりに ごじる	ぎゅうにゅう さけ ぶたにく とうふ あぶらあげ だいず みそ	こめ あぶら さとう かたくりこ さといも	しょうが だいこん にんじん こんにゃく さやいんげん はくさい アスパラな	608	30.6
18	火	ちゅうか めん	ぎゅうにゅう	やさいたっぷりタンメンスープ はるまき ちゅうかポテトサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ ツナ	ちゅうかめん だいずあぶら はるさめ かたくりこ あぶら こむぎこ こめこ じゃがいも さとう ごまあぶら ごま ノンエッグマヨネーズ	にんじん たまねぎ もやし はくさい チンゲンサイ コーン きくらげ しょうが しいたけ キャベツ きゅうり	747	26.3
19	水	ごはん	ぎゅうにゅう	【しょくいくのひ とうほく】 あいづソースカツどん(ふくしま) さっぱりおひたし だまこじる(あきた)	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく あぶらあげ	こめ パンこ こむぎこ あぶら さとう だまこもち とうもろこしでんぶん	キャベツ ほうれんそう にんじん コーン ごぼう まいたけ こんにゃく こまつな ながねぎ	662	25.0
20	木	ごはん	ぎゅうにゅう	あつあげのしおこうじ そばろあんかけ(4年～2個) さんかいあえ かきたまみそしる	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく ひじき かまぼこ みそ たまご	こめ あぶら さとう かたくりこ じゃがいも	ながねぎ えのきたけ キャベツ こまつな にんじん はくさい	606	24.6
21	金	ごはん	ぎゅうにゅう	とうふハンバーグごまだれかけ オータムポエムのわマヨサラダ だいこんのみそしる	ぎゅうにゅう だいず とりにく とうふ かつおぶし あぶらあげ わかめ みそ	こめ さとう ごま かたくりこ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ キャベツ アスパラな にんじん コーン だいこん	622	23.2
25	火	ごはん	ぎゅうにゅう	ふわふわたまごどん ほうれんそうのごまサラダ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ たまご	こめ あぶら かたくりこ ごまあぶら さとう ごま	たまねぎ にんじん チンゲンサイ えのきたけ しょうが にんにく ほうれんそう もやし コーン	597	23.4
26	水	しょくパン	ぎゅうにゅう	ブルーベリージャム きりぼしナポリタン ポトフ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ベーコン ウインナー ヨーグルト しろいんげんまめ	パン ジャム あぶら さとう じゃがいも	きりぼしだいこん にんじん たまねぎ ピーマン セロリ キャベツ	584	23.3
27	木	ごはん	ぎゅうにゅう	とりにくのしおからあげ はるさめのちゅうかいため はくさいスープ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ	こめ ごまあぶら さとう こめこ かたくりこ あぶら はるさめ	にんにく にんじん キャベツ たけのこ ピーマン きくらげ しょうが はくさい えのきたけ ながねぎ レモンじる	656	24.4
28	金	ごはん	ぎゅうにゅう	さわらのみそマヨやき ブロッコリーのこんぶあえ だいこんとあつあげのそばろに	ぎゅうにゅう さわら みそ しおこんぶ ぶたにく あつあげ	こめ ノンエッグマヨネーズ ごまあぶら さといも あぶら さとう かたくりこ	ブロッコリー キャベツ にんじん だいこん たまねぎ こんにゃく さやいんげん しょうが	660	30.4

一食平均エネルギー：632 Kcal

たんぱく質：25.6 g

脂質：20.0 g

食塩：2.1 g

☆献立は食材の入荷状況や感染症対応等のため変更する場合があります。

こんげつ じばさん しょくざい
今月の地場産食材

な
アスパラ菜

にんじん

だいこん

しょくいく ひ
食育の日

にほん いっしゅう あじ
～日本一周 味めぐり～

がつ とうほくちほう
2月は東北地方の

こんだて
献立です。

～^{せつぶん}節分について～
この^{とし}年の^{せつぶん}節分は2月2日です。^{がつ}節分とは、もともと^{りっしゅん}立春、^{りっか}立夏、^{りっしゅう}立秋、^{りつとう}立冬の前の日のこと
で、^{きせつ}季節の分かれる^{ふしめ}節目の日です。今では^い立春の前の日だけをいうようになりました。^{せつぶん}節分
には^{まめ}豆まきを行います。^{おに}災いや病気を鬼に見立てて^{わざわ}豆をまくことで^{びょうき}追い払い、^お福を呼び込み
ます。また、^{ちいさ}地域によっては、^{しょうぶつ}ひいらぎというトゲのある植物に^{あなま}焼いたいわしの頭を刺した
ものを^{とぐち}戸口に^{かざ}飾り^{まよ}魔除けにする^{ふうしゅう}風習もあります。

日	曜	献立名		使用材料名			エネルギー	たん白質	
		主食	飲み物	おかず	血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子を整えるもの	Kcal	g
3	月	ごはん	ぎゅうにゅう	【せつぶんこんだて】 いわしのかばやき はくさいとはるさめのサラダ せつぶんおすまし こくとうふくまめ	ぎゅうにゅう いわし ハム かまぼこ とうふ わかめ こくとうふくまめ	こめ かたくりこ あぶら さとう ごま はるさめ ごまあぶら	はくさい こまつな コーン にんじん えのきたけ たけのこ	668	26.3
4	火	キャロット ピラフ	ぎゅうにゅう	とうにゅうクリームの せつげんソース アーモンドサラダ	ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう しろいんげんまめ	こめ あぶら こめこ アーモンド	にんじん コーン あかピーマン たまねぎ はくさい エリンギ ブロッコリー キャベツ きゅうり	612	21.7
5	水	ごはん	ぎゅうにゅう	さばのピリリやき のりふうみあえ あつあげのみそしる	ぎゅうにゅう さば のり あつあげ みそ だいず	こめ ごまあぶら さとう じゃがいも	しょうが ながねぎ ほうれんそう もやし にんじん だいこん えのきたけ アスパラな	614	28.8
6	木	ごはん	ぎゅうにゅう	ごまやきにく はくさいのしょうゆフレンチ ふぶきじる	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ	こめ あぶら さとう ごま かたくりこ さといも	たまねぎ にんにく はくさい ほうれんそう もやし かぶ にんじん なめこ ながねぎ	618	26.1
7	金	ごはん	ぎゅうにゅう	【ふるさとこんだて】 ししゃものいそパンこやき(4年～2尾) オータムポエムのマヨネーズあえ こんさいとんじる	ぎゅうにゅう ししやも あおのり ちくわ ぶたにく みそ だいず	こめ オリーブゆ パンこ さとう ノンエッグマヨネーズ じゃがいも	キャベツ アスパラな にんじん だいこん れんこん ごぼう ながねぎ こんにやく	636	26.9
10	月	ごはん	ぎゅうにゅう	とりにくのカレーこうじやき あぶらげあえ さつまいものみそしる	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ とうふ みそ だいず	こめ さとう ごまあぶら ごま さつまいも	ほうれんそう もやし にんじん はくさい えのきたけ ながねぎ こんにやく	618	25.8
12	水	セルフの ホットドック (コッペパン)	ぎゅうにゅう	コーヒーのもと ウインナー ツナとわかめのサラダ コーンチャウダー	ぎゅうにゅう ウインナー わかめ ツナ ベーコン とうにゅう しろいんげんまめ	パン コーヒーのもと さとう あぶら じゃがいも こめこ	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ コーン	631	25.6
13	木	ごはん	ぎゅうにゅう	たらのかんずりソース かんぼしだいこんのもの こうやどうふのかきたまじる	ぎゅうにゅう たら みそ さつまあげ こうやどうふ たまご	こめ かたくりこ あぶら さとう ごま	トマト だいこん にんじん さやいんげん えのきたけ はくさい こまつな	607	27.2
14	金	ごはん	ぎゅうにゅう	チキンビーンズカレー じゃこサラダ	ぎゅうにゅう とりにく だいず ちりめんじゃこ	こめ じゃがいも あぶら カレールウ さとう	にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく キャベツ きゅうり コーン	634	21.6
17	月	ごはん	ぎゅうにゅう	さけのてりやき だいこんとぶたにくのこつてりに ごじる	ぎゅうにゅう さけ ぶたにく とうふ あぶらあげ だいず みそ	こめ あぶら さとう かたくりこ さといも	しょうが だいこん にんじん こんにやく さやいんげん はくさい アスパラな	608	30.6
18	火	ちゅうか めん	ぎゅうにゅう	やさいたっぷりタンメンスープ はるまき ちゅうかポテトサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ ツナ	ちゅうかめん だいずあぶら はるさめ かたくりこ あぶら こむぎこ こめこ じゃがいも さとう ごまあぶら ごま ノンエッグマヨネーズ	にんじん たまねぎ もやし はくさい チンゲンサイ コーン きくらげ しょうが しいたけ キャベツ きゅうり	747	26.3
19	水	ごはん	ぎゅうにゅう	【しょくいくのひ とうほく】 あいづソースカツどん(ふくしま) さっぱりおひたし だまこじる(あきた)	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく あぶらあげ	こめ パンこ こむぎこ あぶら さとう だまこもち とうもろこしでんぶん	キャベツ ほうれんそう にんじん コーン ごぼう まいたけ こんにやく こまつな ながねぎ	662	25.0
20	木	ごはん	ぎゅうにゅう	あつあげのしおこうじ そぼろあんかけ(4年～2個) さんかいあえ かきたまみそしる	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく ひじき かまぼこ みそ たまご	こめ あぶら さとう かたくりこ じゃがいも	ながねぎ えのきたけ キャベツ こまつな にんじん はくさい	606	24.6
21	金	ごはん	ぎゅうにゅう	とうふハンバーグごまだれかけ オータムポエムのわマヨサラダ だいこんのみそしる	ぎゅうにゅう だいず とりにく とうふ かつおぶし あぶらあげ わかめ みそ	こめ さとう ごま かたくりこ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ キャベツ アスパラな にんじん コーン だいこん	622	23.2
25	火	ごはん	ぎゅうにゅう	ふわふわたまごどん ほうれんそうのごまサラダ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ たまご	こめ あぶら かたくりこ ごまあぶら さとう ごま	たまねぎ にんじん チンゲンサイ えのきたけ しょうが にんにく ほうれんそう もやし コーン	597	23.4
26	水	しょくパン	ぎゅうにゅう	ブルーベリージャム きりぼしナポリタン ポトフ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ベーコン ウインナー ヨーグルト しろいんげんまめ	パン ジャム あぶら さとう じゃがいも	きりぼしだいこん にんじん たまねぎ ピーマン セロリ キャベツ	584	23.3
27	木	ごはん	ぎゅうにゅう	とりにくのしおからあげ はるさめのちゅうかいため はくさいスープ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ	こめ ごまあぶら さとう こめこ かたくりこ あぶら はるさめ	にんにく にんじん キャベツ たけのこ ピーマン きくらげ しょうが はくさい えのきたけ ながねぎ レモンじる	656	24.4
28	金	ごはん	ぎゅうにゅう	さわらのみそマヨやき ブロッコリーのこんぶあえ だいこんとあつあげのそぼろに	ぎゅうにゅう さわら みそ しおこんぶ ぶたにく あつあげ	こめ ノンエッグマヨネーズ ごまあぶら さといも あぶら さとう かたくりこ	ブロッコリー キャベツ にんじん だいこん たまねぎ こんにやく さやいんげん しょうが	660	30.4

一食平均エネルギー：632 Kcal

たんぱく質：25.6 g

脂質：20.0 g

食塩：2.1 g

☆献立は食材の入荷状況や感染症対応等のため変更する場合があります。

こんげつ じばさん しょくざい
今月の地場産食材

な
アスパラ菜

にんじん

だいこん

しょくいく ひ
食育の日

にほん いっしゅう あじ
～日本一周 味めぐり～

がつ とう ほうちほう
2月

こんだて
献立です。

～**せつぶん** 節分について～
今年の**せつぶん**は2月2日です。**せつぶん**とは、もともと**りっしゅん**立春、**りっしゅう**立夏、**りっしゅう**立秋、**りっしゅう**立冬の**まへ**前の日のことで、**きせつ**季節の分かれる**せつぶん**節目の日です。今では**りっしゅん**立春の**まへ**前の日だけをいうようになりました。**せつぶん**節分には**まめ**豆まきを行います。**わ**災いや**ら**病気を**ひ**鬼に見立てて**い**豆をまくことで**い**追い払い、**ふ**福を呼び込みます。また、**ち**地域に**よ**よっては、**し**ひいらぎという**つ**トゲのある**しょくぶつ**植物に**や**焼きたい**わ**わしの**あたま**頭を**さ**刺したものを**と**戸口に**かざ**飾り**まよ**魔除けにする**ふうしゅう**風習もあります。

令和7年 2月分

学 校 給 食 こ ん だ て 表

〔上下浜小学校〕上越市教育委員会

日	曜	献立名			使用材料名			エネルギー Kcal	たん白質 g
		主食	飲み物	おかず	血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子を整えるもの		
3	月	ごはん	ぎゅうにゅう	【せつぶんこんだて】 いわしのかばやき はくさいとはるさめのサラダ せつぶんおすまし こくとうふくまめ	ぎゅうにゅう いわし ハム かまぼこ とうふ わかめ こくとうふくまめ	こめ かたくりこ あぶら さとう ごま はるさめ ごまあぶら	はくさい こまつな コーン にんじん えのきたけ たけのこ	668	26.3
4	火	キャロット ピラフ	ぎゅうにゅう	とうにゅうクリームの せつげんソース アーモンドサラダ	ぎゅうにゅう とりにく とうにゅう しろいんげんまめ	こめ あぶら こめこ アーモンド	にんじん コーン あかピーマン たまねぎ はくさい エリンギ ブロッコリー キャベツ きゅうり	612	21.7
5	水	ごはん	ぎゅうにゅう	さばのピリリやき のりふうみあえ あつあげのみそしる	ぎゅうにゅう さば のり あつあげ みそ だいず	こめ ごまあぶら さとう じゃがいも	しょうが ながねぎ ほうれんそう もやし にんじん だいこん えのきたけ アスパラな	614	28.8
6	木	ごはん	ぎゅうにゅう	ごまやきにく はくさいのしょうゆフレンチ ふぶきじる	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ	こめ あぶら さとう ごま かたくりこ さといも	たまねぎ にんにく はくさい ほうれんそう もやし かぶ にんじん なめこ ながねぎ	618	26.1
7	金	ごはん	ぎゅうにゅう	【ふるさとこんだて】 ししゃものいそパンこやき(4年～2尾) オータムポエムのマヨネーズあえ こんさいとんじる	ぎゅうにゅう ししゃも あおのり ちくわ ぶたにく みそ だいず	こめ オリーブゆ パンこ さとう ノンエッグマヨネーズ じゃがいも	キャベツ アスパラな にんじん だいこん れんこん ごぼう ながねぎ こんにやく	636	26.9
10	月	ごはん	ぎゅうにゅう	とりにくのカレーこうじやき あぶらげあえ さつまいものみそしる	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ とうふ みそ だいず	こめ さとう ごまあぶら ごま さつまいも	ほうれんそう もやし にんじん はくさい えのきたけ ながねぎ こんにやく	618	25.8
12	水	セルフの ホットドック (コッペパン)	ぎゅうにゅう	コーヒーのもと ウインナー ツナとわかめのサラダ コーンチャウダー	ぎゅうにゅう ウインナー わかめ ツナ ベーコン とうにゅう しろいんげんまめ	パン コーヒーのもと さとう あぶら じゃがいも こめこ	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ コーン	631	25.6
13	木	ごはん	ぎゅうにゅう	たらのかんずりソース かんぼしだいこんのもの こうやどうふのかきたまじる	ぎゅうにゅう たら みそ さつまあげ こうやどうふ たまご	こめ かたくりこ あぶら さとう ごま	トマト だいこん にんじん さやいんげん えのきたけ はくさい こまつな	607	27.2
14	金	ごはん	ぎゅうにゅう	チキンビーンズカレー じゃこサラダ	ぎゅうにゅう とりにく だいず ちりめんじゃこ	こめ じゃがいも あぶら カレールウ さとう	にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく キャベツ きゅうり コーン	634	21.6
17	月	ごはん	ぎゅうにゅう	さけのてりやき だいこんとぶたにくのこってりに ごじる	ぎゅうにゅう さけ ぶたにく とうふ あぶらあげ だいず みそ	こめ あぶら さとう かたくりこ さといも	しょうが だいこん にんじん こんにやく さやいんげん はくさい アスパラな	608	30.6
18	火	ちゅうか めん	ぎゅうにゅう	やさいたっぷりタンメンスープ はるまき ちゅうかポテトサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ ツナ	ちゅうかめん だいずあぶら はるさめ かたくりこ あぶら こむぎこ こめこ じゃがいも さとう ごまあぶら ごま ノンエッグマヨネーズ	にんじん たまねぎ もやし はくさい チンゲンサイ コーン きくらげ しょうが しいたけ キャベツ きゅうり	747	26.3
19	水	ごはん	ぎゅうにゅう	【しょくいくのひ とうほく】 あいづソースカツどん(ふくしま) さっぱりおひたし だまこじる(あきた)	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく あぶらあげ	こめ パンこ こむぎこ あぶら さとう だまこもち とうもろこしでんぶ	キャベツ ほうれんそう にんじん コーン ごぼう まいたけ こんにやく こまつな ながねぎ	662	25.0
20	木	ごはん	ぎゅうにゅう	あつあげのしおこうじ そぼろあんかけ(4年～2個) さんかいあえ かきたまみそしる	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく ひじき かまぼこ みそ たまご	こめ あぶら さとう かたくりこ じゃがいも	ながねぎ えのきたけ キャベツ こまつな にんじん はくさい	606	24.6
21	金	ごはん	ぎゅうにゅう	とうふハンバーグごまだれかけ オータムポエムのわマヨサラダ だいこんのみそしる	ぎゅうにゅう だいず とりにく とうふ かつおぶし あぶらあげ わかめ みそ	こめ さとう ごま かたくりこ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ キャベツ アスパラな にんじん コーン だいこん	622	23.2
25	火	ごはん	ぎゅうにゅう	ふわふわたまごどん ほうれんそうのごまサラダ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ たまご	こめ あぶら かたくりこ ごまあぶら さとう ごま	たまねぎ にんじん チンゲンサイ えのきたけ しょうが にんにく ほうれんそう もやし コーン	597	23.4
26	水	しょくパン	ぎゅうにゅう	ブルーベリージャム きりぼしナポリタン ポトフ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ベーコン ウインナー ヨーグルト しろいんげんまめ	パン ジャム あぶら さとう じゃがいも	きりぼしだいこん にんじん たまねぎ ビーマン セロリ キャベツ	584	23.3
27	木	ごはん	ぎゅうにゅう	とりにくのしおからあげ はるさめのちゅうかいため はくさいスープ	ぎゅうにゅう とりにく とうふ	こめ ごまあぶら さとう こめこ かたくりこ あぶら はるさめ	にんにく にんじん キャベツ たけのこ ビーマン きくらげ しょうが はくさい えのきたけ ながねぎ レモンじる	656	24.4
28	金	ごはん	ぎゅうにゅう	さわらのみそマヨやき ブロッコリーのこんぶあえ だいこんとあつあげのそぼろに	ぎゅうにゅう さわら みそ しおこんぶ ぶたにく あつあげ	こめ ノンエッグマヨネーズ ごまあぶら さといも あぶら さとう かたくりこ	ブロッコリー キャベツ にんじん だいこん たまねぎ こんにやく さやいんげん しょうが	660	30.4

一食平均エネルギー：632 Kcal

たんぱく質：25.6 g

脂質：20.0 g

食塩：2.1 g

☆献立は食材の入荷状況や感染症対応等のため変更する場合があります。

こんげつ じばさん しょくざい
今月の地場産食材

アスパラ菜

にんじん

だいこん

しょくいく ひ
食育の日

にほん いっしゅう あじ
～日本一周 味めぐり～

がっつ とうほくちほう
2月 は東北地方の

こんだて
献立です。

～**せつぶん** 節分について～
今年の節分は2月2日です。節分とは、もともと立春、立夏、立秋、立冬の前の日のことで、季節の分かれる節目の日です。今では立春の前の日だけをいうようになりました。節分には豆まきを行います。災いや病気を鬼に見立てて豆をまくことで追い払い、福を呼び込みます。また、地域によっては、ひいらぎというトゲのある植物に焼きたいわしの頭を刺したものを戸口に飾り魔除けにする風習もあります。