



日曜	休みの学校	こんだてめい		しようするおもなたべもの				えいようか	
		主食	おかず	ちやにくになる あかのしょくひん	からだのちょうしをととのえる みどりのしょくひん	ねつやちからになる きいろのしょくひん		エネルギー kcal	たんぱく質 g
2月		ココアパン	ぶたにくのマーマレードやきツナポテトサラダABCスープ	ぶたにく ツナ ベーコン	たまねぎ キュウリ にんじん キャベツ マッシュルーム パセリ	パン マーマレード さとうでんぶん ジャガイモ マヨネーズ マカロニ	700	27.5	
3火	ごはん	とりつくね よんしゅやさいのナムルふう やかもちじる	よんしゅやさいのナムルふう やかもちじる	こんぶ とりにく かまぼこ	こまつな にんじん もやし とうもろこし だいこん ごぼう ねぎ しめじ	ごはん ごまあぶら ごま じゃがいも でんぶん パンこ	606	23.4	
4水	ごはん	さかなのたつたあげ ならのっぺに にゅうめん	友好都市 メニュー (奈良市)	かれい とりにく なまあげ あぶらあげ なると みそ	だいこん にんじん しいたけ さやいんげん たまねぎ こまつな	ごはん こめあぶら さといも こんにゃく さとう うめん でんぶん	645	23.4	
5木		バターロールパン	フランクフルト(たくじょうケチャップ) カミカミこんさいサラダ はくさいのクリームシチュー	フランクフルト ツナ とりにく きゅうにゅう スキムミルク チーズ なまクリーム	ごぼう キュウリ にんじん たまねぎ はくさい しめじ	パン わふうドレッシング じゃがいも こめあぶら	698	30.5	
6金	ごはん	さばのみそに わふうポテトサラダ けんちんじる		さば ハム チーズ とうふ あぶらあげ みそ	えだまめ だいこん にんじん ねぎ ごぼう しいたけ	ごはん じゃがいも さとう ぱいせんごまドレッシング マヨネーズ さといも	626	24.8	
9月	むぎごはん	ポークしゅうまい(2c) マーぼーとうふ アセロラゼリー		とうふ ぶたにく だいす みそ	にんじん ねぎ にら しいたけ しょが たまねぎ にんにく たけのこ	ごはん おおむぎ さとう でんぶん ごまあぶら こめあぶら ゼリー こむぎこ	704	27.2	
10火	とうじゅうじょパン (メープルジャム)	ハムチーズピカタ チキンサラダ ポークビーンズ		ハム チーズ とりにく だいす ぶたにく たまご	にんじん キュウリ たまねぎ トマト さやいんげん にんにく	パン フレンチドレッシング じゃがいも さとう こめあぶら ジャム	664	30.5	
12木	城南小	ごはん	ハンバーグ(たくじょうケチャップ) さんしょくソテー どんじる グレープゼリー	とりにく ウィンナー ぶたにく とうふ みそ	たまねぎ とうもろこし えだまめ にんじん はくさい だいこん ねぎ はくさい	ごはん バター じゃがいも こめあぶら ゼリー	711	29.3	
13金	わかめごはん	ごもくあつやきたまご マカロニサラダ こめこワンタンスープ		わかめ たまご ぎよにくソーセージ ぶたにく	きゅうり たまねぎ にんじん もやし ねぎ メンマ	ごはん マカロニ マヨネーズ フレンチドレッシング こめこワンタン	646	22.7	
16月	こめこフォカッチャ (チョコクリーム)	ハムチーズフライ かいそうサラダ ふゆやさいのポトフ		チーズ ハム くきわかめ しろ ときか あかときか こんぶ わかめ ちくわ フランクフルト ぶたにく ひよこまめ	きゅうり はくさい だいこん にんじん プロッコリー	パン こめあぶら ごま パンこ あおじそドレッシング じゃがいも チョコクリーム	722	27.4	
17火	ごはん	いわしのしょがに きりぼしこんぶのにもの あぶらふのみそしる		いわし こんぶ ぶたにく だいす とうふ みそ	にんじん たけのこ だいこん しょが えだまめ にまつな えのきだけ	ごはん こめあぶら さとう ごま ふ	600	26.4	
18水	八幡小	ごはん	しろはなまめコロッケ(たくじょうソース) はっぽううさい Fe ヨーグルト	しろはなまめ ぶたにく あさり うずらたまご ヨーグルト	にんじん たまねぎ はくさい たまねぎ もやし しょが しのびたけ	ごはん じゃがいも パンこ こめあぶら さとう でんぶん ごまあぶら	703	26.7	
19木		しょくパン (いちごジャム)	ぶたにくのオニオンソースかけ わかめとツナのサラダ ミニストローネ	ぶたにく わかめ ツナ ひよこまめ ベーコン チーズ	レモン りんご たまねぎ にんにく とうもろこし キュウリ 生やべツ マッシュルーム トマト さやいんげん	パン さとう こめあぶら フレンチドレッシング マカロニ ジャム	646	27.2	
20金	ごはん (おさかなぶりかけ)	ささかまのあまからたれかけ じゃがいものそぼろに はつとじる		ささかまぼこ ぶたにく とりにく あぶらあげ かつあぶし	にんじん たまねぎ えだまめ ねぎ だいこん はくさい しあわせ	ごはん こむぎこ じゃがいも こんにゃく さとう でんぶん こめあぶら ごま	614	29.0	
24火	ごはん	はるまき バンバンジーサラダ はるさめスープ		とりにく うずらたまご	きゅうり もやし とうもろこし にんじん ねぎ たけのこ しのびたけ たまねぎ	ごはん こむぎこ こめあぶら ごま はるさめ パンバンジードレッシング	663	26.3	
25水	チーズパン	キッシュふうたまごやき ペンネとウィンナーのガーリックソテー ^{スコッチブロス}		たまご チーズ ウィンナー とりにく ベーコン ひよこまめ	にんにく たまねぎ にんじん パセリ しめじ	パン オリーブあぶら ペンネ じゃがいも おおむぎ	656	25.5	
26木	むぎごはん	ポークカレー アロエいりフルーツヨーグルト まめいりこざかな		ぶたにく ひよこまめ スキムミルク きゅうにゅう ヨーグルト だいす かたくちいわし	アロエ パイン もも にんじん たまねぎ にんにく	ごはん おおむぎ さとう じゃがいも パター カレールウ ごま	697	26.4	
27金	ごはん	さばのてりやき もしときゅうりのメンマあえ じゃがもちじる	ほねうちゅうい じねよくんでてね	さば あぶらあげ なると	もやし メンマ キュウリ にんじん だいこん ねぎ	ごはん ごまあぶら ごま じゃがいも でんぶん ふ	633	22.5	

はしはまいにちわすれずにもってきましょう。

ぎゅうにゅうはまいにち
つきます。

都合により献立が変更になる場合があります。

2月給食だより

こんづつのえいようもくひょう
みやぎけんやたがじょうしの
じばさんぶつやきょうどうりょうをしろう

こんづつ じばさんびん
今月の地場産品

月平均栄養量

	エネルギー 1回当りの平均 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g
1回当りの平均	663 kcal	26.5 g	22.6 g	2.7 g



伊達政宗公と「宮城の食文化」

しょくつ 食通であったともいわれる伊達政宗公は、宮城県の食文化にも多大な影響を残しました。政宗公が、藩の財源として米作を発展させるため、県北の大崎耕土などの河川流域に広がる湿地を水田として整備したことが、宮城が米どころとなった所以です。さらに、宮城県を代表する郷土料理「すんだ餅」や「はらこ飯」にも政宗公ゆかりのエピソードが言い伝えられているといわれています。

きゅうしょくつか
給食で使う
たがじょうし さん しょくざい
多賀城市産の食材



ねぎ・にんじん・こまつな
きやべつ・みそ

こんづつ じばさんびん
献立表で印がついている食材は多賀市の
地場産品を使う予定です。

月平均栄養量

	エネルギー 1回当りの平均 kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g
1回当りの平均	663 kcal	26.5 g	22.6 g	2.7 g

多賀城の新しい郷土料理「やかもち鍋」とは?

たがじょう あたら きょうどうりょう
たがじょう かじん あおどものやかもち
多賀城にゆかりのある歌人「大伴家持」と「おもち」を
かけて名付けました。

<特徴>

- 和歌に使う短冊のように野菜を切りそろえます。
- 奈良の都の味、白だし醤油で味付けします。
- 多賀城市産の古代米のおもちを加えます。

2月3日の給食では、「やかもち汁」にアレンジして提供します。古代米のおもちのかわりに、給食で人気の「じゃがもち」を入れています。

翌日4日には、多賀城市の友好都市である奈良市の郷土料理「ゆうめん」がでます。東西の味を食べくらべてみましょう!

お知らせ

やはたしよう ねんせい しょくいく じゅぎょう かんが こんだて じっし
八幡小6年生が食育の授業で考えた献立を実施します。
12日(木) 6年1組3班・19日(木) 6年2組6班

