

給食献立表

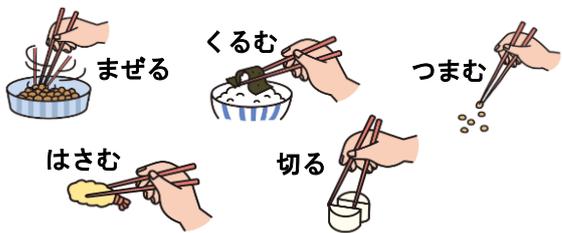
令和5年2月

石川県立盲学校

2/1 (水)		2 (木)		3 (金)					
<p>どうして節分に豆をまくの？ 五穀のうちの一つで重要な穀物である豆には、昔から霊力があると信じられていました。そのため、災いや病気などの目に見えないものを鬼という形にあらわして豆をまき、邪気を追いはらって福を呼び込んだそうです。節分の日、ご家庭で豆まきをしたり、いり豆を食べたりしてみませんか？</p>		<p>スパゲッティ・ミートソース ブロッコリーとクルミのサラダ 豆腐のスープ</p>		<p>ご飯 節分献立 いわしの唐揚げ 野菜の素揚げ 切干大根ツナサラダ 具沢山すまし汁 まんてん大豆 </p>		<p>パン ポテトミートグラタン ひじきとごぼうのサラダ 高野豆腐のコーンスープ</p>			
6 (月)		7 (火)		8 (水)		9 (木)		10 (金)	
<p>ご飯 タンドリーフィッシュ 付) 粉ふき芋・グラッセ 豆入りサラダ 卵とわかめのスープ</p>		<p>豚丼 ダブルいもサラダ なめこ汁 </p>		<p>カレーライス ごぼうのカミカミサラダ フルーツポンチ(ナタデココ入り)</p>		<p>麦ごはん 揚げ出し豆腐野菜あんかけ ほうれん草のナムル 豚汁</p>		<p>ミルクロール 豚肉のチーズパン粉焼き 付) ほうれん草のソテー えび入りイタリアンサラダ ミネストローネ</p>	
13 (月)		14 (火)		15 (水)		16 (木)		17 (金)	
<p>ご飯 ふくらぎの酢豚風 石川県産 春雨サラダ 青梗菜スープ</p>		<p>クリームかけチキンライス 鉄人サラダ  カレースープ バレンタインデザート リクエスト</p>		<p>入学者選抜 </p>		<p>ご飯 鶏肉のコーンマヨネーズ焼き 付) ゆで野菜 大豆とさつまいものカリカリ揚げ 水餃子スープ</p>		<p>ビーンズドライカレートースト じゃこレモンサラダ にんじんスープ りんごゼリー</p>	
20 (月)		21 (火)		22 (水)		27 (月)		28 (火)	
<p>ご飯 すき焼き風煮 白菜の甘酢和え 根菜のかす汁</p>		<p>蓮根入りルーロー飯 切干大根中華和え 大根とわかめのスープ</p>		<p>あんかけ焼きそば 魚介と海藻のサラダ 甘夏入りフルーツヨーグルト 旬の食材</p>		<p>ご飯 だし巻き卵のかに野菜あんかけ れんこんの金平 肉団子鍋 リクエスト</p>		<p>わかめご飯 ピリ辛チキン 付) 粉ふきいも 白菜とりんごのサラダ かぶのみそ汁</p>	

* 牛乳は毎日つきます。* 都合により献立を変更することがあります。

やってみよう！ はしのいろいろな使い方



気をつけよう やってはいけない「きらいばし」



マナーを守って食べよう ～皆で楽しく食べるための約束～

マナーを守って食べることで、いっしょに食べる相手や同じ部屋にいる人も、気持ちよくすごすことができます。一方、マナーの悪い食べ方では、多くの方がいやな気持ちになります。また、食べる時のしせいが悪いと、食べ物の通り道がせまくなってしまい、消化しづらくなります。家族と食事をする時にも、できているか確かめ合ってみてはいかがでしょうか。

①よいしせいで食べる

②茶わんやしるわんを正しく持って食べる

③口に食べ物を入れたまま話をしない

④食事にふさわしい話をする(きたない話をしない)

ひじ・こし・ひざが90度になると良いよ

