

2月 はいぜん表 (A)

佐世保市学校給食センター

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
節分 節分は立春の前日で、冬から春への季節のかわり目の行事です。もとは、立冬や立夏、立秋などの前日も節分といわれていました。この節分の日には季節のかわり目に物忌みをして無事にすくすという習慣がありました。 「鬼は外」のかけ声とともに、豆をまくのは、豆にある「霊力」をもって、災いはらう意味があります。また、この日には、ひいらぎの枝にいわしの頭を刺して門や軒下に立て、邪気をはらうという習慣もあります。			ぼんかん 白菜サラダ 豆とミートボールの トマト煮 黒砂糖パン ごはん かきたま汁	節分豆 蓮根と茸の きんぴら いわしの生姜煮 ごはん かきたま汁
5 野菜のソテー ハートのコロッケ ポトフ	6 茎わかめの 炒め物 みそ煮込みうどん ゆかりごはん ごはん 厚揚げの中華煮	りんご 切干大根の 酢の物 ごはん 厚揚げの中華煮	いちごジャム チリコンカン 白菜と肉団子のスー プ 食パン ごはん 肉みそおでん	いよかん ひよつつの酢の物 ごはん 肉みそおでん
12 建国記念の日 振り替え休日	13 いそのかあえ 厚焼卵 ごはん 大根のそぼろ煮	14 ブロッコリーのおひたし 和風煮込みハンバーグ ごはん 豚汁	15 ハッシュドビーフ オムレツ 米粉パン 千切り野菜のスー プ	16 卵入りソテー ごはん じゃがいものそぼろ煮
マヨネーズ 花野菜サラダ 鮭のハーブ焼き コッペパン ミネストローネ	20 浦上そぼろ さばの塩麹焼き 菜めし だんご汁	21 ツナといんげんの炒め物 きびなごフライ 3こずつ 麦ごはん 親子丼	22 キャベツのソテー 魚のレモンソースあえ パインパン とうもろこしのスー プ	型抜きチーズ フレンチサラダ 麦ごはん チキンカレー
26 りんごサラダ はちみつパン マカロニの クリーム煮	27 甘酢あえ ししゃもフライ 2こずつ ごはん 麻婆豆腐	28 野菜のおかか炒め 鶏肉の唐揚げ 2こずつ ごはん 春雨汁	プレジール(食=喜び) フランス語では、<食>のことを 「プレジール」、つまり「喜び」というそうです。 食事のとき、おぎょうぎはとっても大切ですが、 それは、いっしょに食たくを囲む人が気持ちいい ようにするためのマナーです。楽しい会話のあ たりには、おぎょうぎを大切にしましょう。	

物繊維や、ポリフェノールが多く含まれるので、生活習慣病を防ぐ働きがあります。

は、アイヌ語で柳を表す「ししやも」から来ています。

の落ちる様子が春雨に似ていることから、この名前がつきました。

る気持ちのいい食たくにしましよ！ね！

