

食に関する指導のねらい

寒さに負けない食事…寒さに対する抵抗力を高める食事の仕方ができる

自分の体にあった食事の量…自分の体にあった食事の量を知り、考えて食べることができる

給食費納入のご案内

2月期の口座振替は令和3年3月1日(月)です。振替口座の残高不足にご注意ください。

アレルギー情報ははこちら

(公財)よこはま学校食育財団ホームページ https://ygs.or.jp



月

1 麦ごはん 牛乳 きつねうどん 炒り凍り豆腐 焼きのり

火

2 麦ごはん 牛乳 肉じゃが 煮びたし

水

3 ロールパン 牛乳 揚げぎょうざ

木

4 ごはん 牛乳 煮魚 揚げだいた

金

5 ドッグパン 牛乳 ツナサンドの具

8 茶めし(しょうゆ味) 牛乳 おでん

9 はいがごはん ビーフカレー

10 ココアブレッド 牛乳

献立表の見方 ※一人分の目安量(g)及び栄養量

12 はいがごはん 牛乳

15 麦ごはん 牛乳

16 ソフトフランスパン 牛乳

17 親子丼(はいがごはん) 牛乳

18 チキンライス(はいがごはん)

19 ひじきごはん(麦ごはん) 牛乳

22 麦ごはん 牛乳

24 はいがパン 牛乳

25 ごはん 牛乳

26 麦ごはん 牛乳

財団ホームページのご案内 食育ひろばの「学校給食の献立紹介」

自分のからだにあった食事の量 給食は、みなさんの成長に合わせて

いわし 鯛 立春の前日に豆まきをして邪気を祓う行事、節分。西日本を中心に節分にいわしを食べたり飾ったりする「節分いわし」



食に関する指導のねらい

寒さに負けない食事…寒さに対する抵抗力を高める食事の仕方ができる

自分の体にあった食事の量…自分の体にあった食事の量を知り、考えて食べることができる

給食費納入のご案内

2月期の口座振替は令和3年3月1日(月)です。振替口座の残高不足にご注意ください。

アレルギー情報ははこちら

(公財)よこはま学校食育財団ホームページ https://ygs.or.jp



月

1 ごはん 牛乳 煮魚 揚げだいたず 豚汁

火

2 麦ごはん 牛乳 はくさいの中華炒め ワンタンスープ ごま塩

水

3 麦ごはん 牛乳 肉じゃが 煮びたし アイスメイク(豆乳)

木

4 ココアブレッド 牛乳 米粉シチュー ごぼうソテー いよかん

金

5 麦ごはん 牛乳 生揚げとだいごんの煮物 ごまじょうゆあえ 納豆

8 ひじきごはん(麦ごはん) 牛乳 メヒカリフライ 呉汁

9 ロールパン 牛乳 揚げぎょうざ 豆乳チャンポン

10 麦ごはん 牛乳 ツナそばろ 沢煮焼 白玉ぜんざい

献立表の見方 ※一人分の目安量(g)及び栄養量は、中学年の数値です。 ※学校行事などの関係で献立を変えたり、お休みしたりすることがありますので、ご了承ください。

12 はいがごはん ビーフカレー ブルーンはっこう乳

15 茶めし(しょうゆ味) 牛乳 おでん 煮びたし

16 はいがごはん 牛乳 麻婆豆腐 だいごんの中華炒め りんごゼリー

17 ソフトフランスパン 牛乳 サーモンフライ ポイルドキャベツ ミネストローネ

18 ドッグパン 牛乳 ツナサンドの具 和風ポトフ みかん

19 ごはん 牛乳 白身魚のみぞれあんかけ ゆで野菜 のっぺい汁

22 はいがパン 牛乳 カレービーンズシチュー 野菜ソテー チーズ

財団ホームページのご案内 食育ひろばの「学校給食の献立紹介(料理編)」には、給食献立をもとに家庭用に作りやすくした給食レシピが、約160種類載っています。お弁当向けにアレンジしたレシピもありますので、是非ご覧ください。

24 チキンライス(はいがごはん) 牛乳 野菜のスープ煮 しらぬひ

25 親子丼(はいがごはん) 牛乳 みそ汁 黒みつかん

26 麦ごはん 牛乳 きつねうどん 炒り凍り豆腐 焼きのり

自分のからだにあった食事の量 給食は、みなさんの成長に合わせて考えられた食事です。体の大きさや成長の時期により、必要な栄養の量が違うため、給食の量は1・2年の低学年、3・4年の中学年、5・6年の高学年ごとにパンやごはん、おかずの量が違います。

いわし 鯛 立春の前日にままきをして邪気を祓う行事、節分。西日本を中心に節分にいわしを食べたり飾ったりする「節分いわし」の習慣があります。いわしは縄文時代から食用されており、「節分いわし」の習慣は平安時代にまで遡ります。節分にいわしを食べることで、体の中の鬼や悪い気を払ってくれる



食に関する指導のねらい

寒さに負けない食事…寒さに対する抵抗力を高める食事の仕方ができる

自分の体にあった食事の量…自分の体にあった食事の量を知り、考えて食べることができる

給食費納入のご案内

2月期の口座振替は令和3年3月1日(月)です。振替口座の残高不足にご注意ください。

アレルギー情報ははこちら

(公財)よこはま学校食育財団ホームページ https://ygs.or.jp



月

火

水

木

金

1 麦ごはん 牛乳 生揚げとだいごんの煮物 ごまじょうゆあえ 納豆

2 ドッグパン 牛乳 ツナサンドの具 和風ポトフ みかん

3 ごはん 牛乳 煮魚 揚げだいたず 豚汁

4 ごはん 牛乳 白身魚のみぞれあんかけ ゆで野菜 のっぺい汁

5 麦ごはん 牛乳 肉じゃが 煮びたし ふりかけ アイスクリーム(豆乳)

8 はいがパン 牛乳 カレービーンズシチュー 野菜ソテー チーズ

9 親子丼(はいがごはん) 牛乳 みそ汁 黒みつかん

10 ひじきごはん(麦ごはん) 牛乳 メヒカリフライ 呉汁

献立表の見方 一人分の目安量(g)及び栄養量は、中学年の数値です。

12 麦ごはん 牛乳 きつねうどん 炒り凍り豆腐 焼きのり

15 ソフトフランスパン 牛乳 サーモンフライ ボイルドキャベツ ミネストローネ

16 麦ごはん 牛乳 はくさいの中華炒め ワンタンスープ ごま塩

17 麦ごはん 牛乳 ツナそぼろ 沢煮椀 白玉ぜんざい

18 茶めし(しょうゆ味) 牛乳 おでん 煮びたし

19 ココアブレッド 牛乳 米粉シチュー ごぼうソテー いよかん

22 はいがごはん 牛乳 麻婆豆腐 だいごんの中華炒め りんごゼリー

財団ホームページのご案内 食育ひろばの「学校給食の献立紹介」には、給食献立をもとに家庭用に作りやすくした給食レシピが、約160種類載っています。

24 はいがごはん ビーフカレー ごま酢あえ ブルーンはっこう乳

25 チキンライス(はいがごはん) 牛乳 野菜のスープ煮 しらぬひ

26 ロールパン 牛乳 揚げぎょうざ 豆乳チャンポン

自分のからだにあった食事の量 給食は、みなさんの成長に合わせて考えられた食事です。体の大きさや成長の時期により、必要な栄養の量が違うため、給食の量は1・2年の低学年、3・4年の中学年、5・6年の高学年ごとにパンやごはん、おかずの量が違います。

いわし 鯛 立春の前日に豆まきをして邪気を祓う行事、節分。西日本を中心に節分にいわしを食べたり飾ったりする「節分いわし」の習慣があります。いわしは縄文時代から食用されており、「節分いわし」の習慣は平安時代にまで遡ります。



食に関する指導のねらい

寒さに負けない食事…寒さに対する抵抗力を高める食事の仕方ができる

自分の体にあった食事の量…自分の体にあった食事の量を知り、考えて食べることができる

給食費納入のご案内

2月期の口座振替は令和3年3月1日(月)です。振替口座の残高不足にご注意ください。

アレルギー情報ははこちら

(公財)よこはま学校食育財団ホームページ https://ygs.or.jp



1 はいがパン 牛乳 カレービーンズシチュー 野菜ソテー チーズ

2 ごはん 牛乳 煮魚 揚げだいたず 豚汁

3 麦ごはん 牛乳 ツナそばろ 沢煮焼 白玉ぜんざい

4 チキンライス(はいがごはん) 牛乳 野菜のスープ煮 しらぬひ

5 麦ごはん 牛乳 きつねうどん 炒り凍り豆腐 焼きのり

8 ソフトフランスパン 牛乳 サーモンフライ ボイルドキャベツ ミネストローネ

9 麦ごはん 牛乳 はくさいの中華炒め ワンタンスープ ごま塩

10 ごはん 牛乳 白身魚のみぞれあんかけ ゆで野菜 のっぺい汁

献立表の見方 ※一人分の目安量(g)及び栄養量

12 ドッグパン 牛乳 ツナサンドの具 和風ポトフ みかん

15 麦ごはん 牛乳 肉じゃが 煮びたし アイステデザート(豆乳)

16 はいがごはん ビーフカレー ごま酢あえ プルーンはっこう乳

17 麦ごはん 牛乳 生揚げとだいこんの煮物 ごまじょうゆあえ 納豆

18 親子丼(はいがごはん) 牛乳 親子汁 黒みつかん

19 ロールパン 牛乳 揚げぎょうざ 豆乳チャンポン

22 ひじきごはん(麦ごはん) 牛乳 メヒカリフライ 呉汁

財団ホームページのご案内 食育ひろばの「学校給食の献立紹介」

24 茶めし(しょうゆ味) 牛乳 おでん 煮びたし

25 ココアブレッド 牛乳 米粉シチュー ごぼうソテー いよかん

26 はいがごはん 牛乳 麻婆豆腐 だいこんの中華炒め りんごゼリー

自分のからだにあった食事の量 給食は、みなさんの成長に合わせて考えられた食事です。

いわし 鯛 立春の前日に豆まきをして邪気を祓う行事、節分。西日本を中心に節分にいわしを食べたり飾ったりする「節分いわし」の習慣があります。