



2月 こんだてひょう

欠食がある時は
学校名表示



金武町立学校給食センター

☎968-2640

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。変更があった場合には学校にお知らせします。

<p>こんだて</p>	<p>「豆」をもっと好きになろう!</p> <p>豆は、苦手な人が多い食品の一つですが、日ごろの食生活で不足しがちな栄養成分を豊富に含んでおり、生活習慣病の予防や、健康な体づくりに役立ちます。また、日本では、お米とともに古くから大切に食べられてきた食品です。豆類は、体をつくるもとになる「たんぱく質」や、おなかの調子を整える「食物繊維」を豊富に含んでいます。特に大豆は、たんぱく質や脂質を多く含むことから、「畑の肉」とも呼ばれます。ビタミンB群や、鉄、カルシウムなど、成長期に欠かせない栄養素も含んでおり、積極的にとりたい食品です。</p> <p>大豆は、さまざまな食品に加工され、日本人の健康的な食生活を支えています。</p> <p>2月3日は節分です</p>	<p>1(木) 金武小3年欠食 中川小6年欠食</p> <p>千切り炒め さばのシーワサア焼き 麦ごはん さつま汁</p>	<p>2(金) 節分よせて 中川小6年欠食</p> <p>きなこプリン 田芋揚げパイ スパゲティ ミートソース 豆とチーズのサラダ</p>
<p>あかきみどり</p>	<p>5(月)</p> <p>いわしのトマト煮 うっちんライス 田芋サラダ</p>	<p>6(火)</p> <p>オレンジ もやしのナムル 麦ごはん マーボー冬瓜</p>	<p>8(木) 旧正月献立</p> <p>魚のみそ焼き クープイリチー 赤飯 イナムドゥチ</p>
<p>あかきみどり</p>	<p>13(火)</p> <p>ごまじゅと和え 赤魚の豆みそ焼き わかめごはん 卵と豆腐のスープ</p>	<p>7(水)</p> <p>チーズ コールスローサラダ 白身魚フライ バーガーパン ミネストローネ</p>	<p>9(金) 嘉芸小6年欠食</p> <p>ごま菓子 やきうどん 野菜のツナ和え</p>
<p>あかきみどり</p>	<p>2月 金武町生産食材</p> <p>パパイヤ なら 冬瓜 豆腐 ねぎ 生しいたけ 田芋 シュガーグリーン</p> <p>学校給食では金武町内生産食材、沖縄県産食材を中心に活用し給食を提供しています。</p>	<p>14(水)</p> <p>ハート型いちごプリン いろいろサラダ ハンバーグ ケチャップかけ バーガーパン 白花豆スープ</p>	<p>15(木) ナンカヌスク献立 琉球料理の日</p> <p>バナナ 鶏と根菜の平つくね 菓じゅうしい じゃがいもタシャア</p>
<p>あかきみどり</p>	<p>19(月)</p> <p>オレンジ さばのソース焼き 白菜のおかか和え アーサの炊き込みご飯</p>	<p>21(水)</p> <p>鶏肉のマーマレード焼き パパイアソテー 黒糖パン 白菜スープ</p>	<p>16(金) 中川幼欠食</p> <p>さつま芋とアーモンドの甘辛 きのこスパゲティ 海そうサラダ</p>
<p>あかきみどり</p>	<p>20(火)</p> <p>アーモンド和え きびなごカレー揚げ 麦ごはん 肉じゃが</p>	<p>22(木) 金武小いるかひまわり欠食</p> <p>焼きのり 油みそ 麦ごはん けんちん汁</p>	<p>23(金) 天皇誕生日</p> <p>だいず 大豆のヒミツ</p>
<p>あかきみどり</p>	<p>26(月) 金武小6年欠食</p> <p>バナナ 魚のごま風味やき 五目炒めごはん 甘酢和え</p>	<p>28(水)</p> <p>お米りんごタルト 揚げパン ブロッコリーソテー ポトフ</p>	<p>29(木) 受験生応援献立</p> <p>冷凍洋ナシ 大豆のマリネ 豚かつ 麦ごはん 米粉の野菜カレー</p>
<p>あかきみどり</p>	<p>27(火)</p> <p>もすくのキムチ和え アグー豚きょうぎ 麦ごはん 冬瓜の中華煮</p>	<p>29(木)</p> <p>牛乳 豚肉 スキムミルク ウィンナー 鶏肉 チーズ 大豆</p>	<p>大豆のヒミツ</p>