



# 2月もいつけひょう

てあらい、うがいをしっかりしよう！



郡山市立桑野小学校

| 月（げつ）                                                     | 火（か）                                                                                                                                                                                                                         | 水（すい）                                                      | 木（もく）                                                                   | 金（きん）                                                |
|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| <br>7日                                                    | 1日<br><br>りんごジャム<br>キャベツサラダ<br>トマトオムレツ<br>しょくぱん コーンポタージュ<br>                                                                                                                                                                 | 2日<br><br>もやしナムル<br>あげぎょうざ<br>ちゅうかめん チャンポンめん<br>           | 3日 ★節分献立★<br><br>せつぶんふくまめ<br>さんしょくおひたし<br>いわしのうめに<br>えだまめごはん なんばんじる<br> | 4日<br><br>みかん<br>ブロッコリーサラダ<br>ハヤシライス<br>             |
| お弁当の日                                                     | 8日<br><br>キャベツサラダ<br>ウインナーのケチャップに<br>ドッグパン クラムチャウダー<br>                                                                                                                                                                      | 9日<br><br>かいそうのあえもの<br>まめみそ<br>むぎごはん すきやきに<br>             | 10日<br><br>プリン<br>こふきいも<br>ハンバーグ<br>わふうソースかけ<br>コッペパン はくさいとコーンの<br>     | 11日<br>建国記念日<br>学校お休み                                |
| 14日<br><br>こまつなのおひたし<br>あつやきたまご<br>こもくとりめし ふゆやさいのみそしる<br> | 15日<br><br>あおのりこざかな<br>フルーツヨーグルトあえ<br>くろまるパン ふたにくとだいのすのケチャップに<br>                                                                                                                                                            | 16日<br><br>いよかん1/6<br>きりぼしだいこんとツナのあえもの<br>ソフトめん カレーうどん<br> | 17日<br><br>はるさめのあえもの<br>さけのしおこうじやき<br>ごはん うちまめじる<br>                    | 18日★食育の日献立★<br><br>キャンディーチーズ<br>ソースカツどん<br>さつまじる<br> |
| 21日<br><br>ほうれんそうのナムル<br>肉パオズ<br>むぎごはん なまあげのちゅうかにこみ<br>   | 22日<br><br>きなこクリーム<br>やさいサラダ<br>ツイストパン ごますいとん<br>                                                                                                                                                                            | 23日<br>天皇誕生日<br>学校お休み                                      | 24日<br><br>りんごゼリー<br>ツナサラダ<br>コッペパン はくさいのクリームに<br>                      | 25日<br><br>なっとう<br>ひじきのいために<br>ごはん だいこんとらのみそ汁<br>    |
| 28日<br><br>こまつなのあえもの<br>とりにくのこうみやき<br>むぎごはん こんさいじる<br>    | <div><h2>大豆</h2><p>昔から大豆には災いや病気など「魔」を滅ぼす力があるとされてきました。それで豆の当て字を「魔滅」と書き、節分に「鬼は外、福は内！」と言って豆をまきます。</p><p>大豆は、「畑の肉」といわれるようにたんぱく質が多く含まれています。そのほか、ビタミン、ミネラルも豊富に含み、昔から日本人に親しまれてきた食品です。大豆はそのままでは消化が悪いので煮たり、加工したりして食べられています。</p></div> |                                                            |                                                                         |                                                      |