



# 令和6年度 給食献立表(2月)



さくらの学び舎 世田谷区立桜丘中学校

月	火	水	木	金
3【行事食:節分&立春】 節分いわしの蒲焼き丼 野菜の辛子醤油あえ 立春大吉豆腐の呉汁 牛乳	4 ご飯 鶏と野菜のつくね 香味大根 あんかけ汁 牛乳	5 リクエスト給食 (1年生)	6【生徒作成献立:1E】 カレーうどん 大豆とじゃこの甘辛揚げ りんご 牛乳	7【行事食:事始め】 ごはん 鮭と野菜の甘辛焼き 塩肉じゃが おこと汁 牛乳
焼く時の煙と匂いが邪気を払うことから節分にいわしを食べます。また、立春には白いものを食べると縁起が良いとされています。	つくねは、ひき肉などに調味料を加えてよく練った(つくねた)もののことです。ごぼうや生姜を入れて風味良く仕上げます。	1年生からのリクエストです。内容は当日までの楽しみ。裏面の食材を見て予想してみましょう。	テーマ:中学生に人気なおいしい給食 工夫点:カレーうどんで体があたたまるようにしました。	農作業が始まるとされる事始め。健康や豊作を祈って小豆や野菜を入れた汁をいただきます。
10【郷土料理(山梨県)】 おざら せいたのたまじ きやべつヒツナの香味和え ぶどうゼリー 牛乳  「たまじ」は小さなじやがいのこと。小芋を無駄なく食べられる料理です。	11  	12 あんかけ焼きそば 大根のゆず漬 スイートポテト 牛乳	13【生徒作成献立:1C】 麻婆豆腐ごはん 小松菜の中華ごまあえ いちご 牛乳	14【図書コラボ給食】 パンキンパン ハニーマスター・チキン バジルドレッシングサラダ ポタージュ・ポン・ファム ミルクココアゼリー
17  テスト (給食はありません)  	18  テスト (給食はありません)  	19 ご飯 回鍋肉(ホイコーロー) きゅうりともやしのナムル 小松菜と卵の中華スープ 牛乳	20【有機米使用日、受検応援献立】 秋田県産あきたこまち(有機米) チキンカツ 蓮根と竹輪の出汁醤油あえ しょうが香る根菜味噌汁 牛乳	21【せたがやそだち給食】 ご飯 白身魚と野菜の甘辛丼 せたがやそだち小松菜の海苔あえ スキー汁 牛乳
24  振替休日  	25【学び舎連携給食(桜丘小)】 ご飯 豚肉のしょうが焼き 野菜のごまあえ 大根のみそ汁 牛乳	26 照り焼きチキン 和風スパゲティー 青菜のとろみスープ りんごのケーキ 牛乳	27 キムチチャーハン 五目卵焼き(甘酢あん) ワンタンスープ 牛乳	28【生徒作成献立:1A】 ミルクパン ポテトグラタン ウインナーと野菜のスープ りんごゼリー 牛乳
«旬の食材 2月» 春菊 大根 ねぎ ほうれん草 小松菜 キウイ レモン ぽんかん ぶり わかさぎ さわら たらのり	テーマ:体が温まる和食 工夫点:しょうがや冬の食材などを使って、体が温まる献立を考えました。	そのままでも食べられるりんごですが、焼くことで甘味と風味が増します。今回はデザートでいただきます。	キムチには乳酸菌が含まれています。乳酸菌は腸内菌のバランスを調整するなど体の調子を整えてくれます。	テーマ:グラタンで体を温めよう 工夫点:スープに旬の野菜を多く取り入れました。

## 生徒作成献立について

家庭科の授業で1年生が献立を作成しました。栄養士が各クラス1・2名の献立を選び、給食で提供しています。(1月から3月の期間で6名分)

旬の食材の利用や、各自で考えたテーマに沿った献立です。献立表には、献立作成者の考えたテーマと献立のポイントを掲載しています。献立作成者の想いを感じとって食べてください。



## 図書コラボ給食 ~物語にててきた料理~ 『スープ屋しづくの謎解き朝ごはん』

著 / 友井 単(宝島社)

### 『本の紹介』

フリーペーパーを制作する会社に勤める理恵は、仕事の忙しさと心配事から体調を崩していた。ある朝、電車を乗り過ごして偶然降りた駅で「スープ屋しづく」を見つけた。お腹だけではなく心も満たしてくれる店で店主と言葉を交わすうちに、理恵の心配事の謎も解けていく。

### 『料理について』

ポタージュ・ポン・ファムは、フランス家庭料理のスープです。にんじんとじゃがいも、セロリを使い、オレンジがかった乳白色のポタージュにアクセントになる黒こしょうが使われています。フランス語で「良い女性」を意味する「ポン・ファム」は、物語のキーワードにもなっています。

2月14日実施

『ポタージュ・ポン・ファム』