

# 2月のこんだて

《今月の目標》感謝して食べよう

富山県立しらとり支援学校

令和7年2月

月	火	水	木	金
			<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">                     ○物資の都合により、献立の一部が変更になることがあります。                 </div>	下の数値は献立の栄養価を表しています。 小1～小3年はこの値の70%、 小4～小6年は80%になります。
	3日	4日		
バターロール 牛乳 卵うどん 大根サラダ いよかん エネルギー 611 kcal たんぱく質 24.5 g カルシウム 325 mg	大豆入りひじきご飯 牛乳 いわしの梅煮 ごま和え 味噌汁 エネルギー 706 kcal たんぱく質 32.2 g カルシウム 654 mg	食パン いちごジャム 牛乳 チキンパコラ グリーンサラダ 白ねぎのクリーム煮 エネルギー 834 kcal たんぱく質 36.8 g カルシウム 352 mg	ご飯 牛乳 ハンバーグ コーン和え 春雨スープ バナナ エネルギー 753 kcal たんぱく質 28.2 g カルシウム 583 mg	ご飯 牛乳 マーボー豆腐 棒ギョウザ ナムル エネルギー 751 kcal たんぱく質 30.8 g カルシウム 383 mg
10日	11日	12日	13日	14日
ココアパン 牛乳 グラタン 温野菜サラダ 豆と麦のスープ エネルギー 746 kcal たんぱく質 30.9 g カルシウム 411 mg	建国記念の日	カレーライス 牛乳 ヨーグルト和え エネルギー 809 kcal たんぱく質 26.8 g カルシウム 397 mg	ご飯 牛乳 プルコギ 添え野菜 味噌汁 エネルギー 749 kcal たんぱく質 24.6 g カルシウム 358 mg	ご飯 牛乳 卵とじ きびなごフライ ごま酢和え ガトーショコラ エネルギー 850 kcal たんぱく質 47.3 g カルシウム 523 mg
17日	18日	19日	20日	21日
揚げパン 牛乳 照り焼き肉団子 フレンチサラダ ポテトスープ エネルギー 717 kcal たんぱく質 28.8 g カルシウム 371 mg	菜飯 牛乳 サバの粒マスタード焼き 五目豆 味噌汁 エネルギー 842 kcal たんぱく質 35.0 g カルシウム 369 mg	ご飯 牛乳 豚肉の味噌焼き 磯和え かきたま汁 バナナ エネルギー 669 kcal たんぱく質 33.1 g カルシウム 355 mg	ご飯 牛乳 メンチカツ 野菜ソテー ごまけんちん汁 エネルギー 824 kcal たんぱく質 30.6 g カルシウム 1056 mg	ご飯 牛乳 白菜鍋 シュウマイ れんこんの金平 いよかん エネルギー 762 kcal たんぱく質 29.8 g カルシウム 397 mg
24日	25日	26日	27日	28日
振替休日	ご飯 牛乳 ホタテのカレー揚げ はりはり和え 豚汁 エネルギー 800 kcal たんぱく質 37.0 g カルシウム 460 mg	黒糖パン 牛乳 焼きそば ビーンズサラダ ヨーグルト エネルギー 745 kcal たんぱく質 35.8 g カルシウム 405 mg	ご飯 味付けのり 牛乳 ふくらぎの甘酢かけ アーモンド和え 味噌汁 エネルギー 771 kcal たんぱく質 32.3 g カルシウム 339 mg	ご飯 牛乳 豚肉のキムチ炒め 卵焼き おひたし バナナ エネルギー 831 kcal たんぱく質 34.9 g カルシウム 503 mg

# 2月 給食たより

富山県立しらとり支援学校

はしを正しく持つと、小さな豆もつまむことができ、食事がしやすくなります。また、見た目も美しくなり、気持ちよく食事ができます。はしは毎日使うので、正しい持ち方を身につけておきましょう。

## はしの正しい持ち方

上のはしは、鉛筆を持つように持ちます

はしの間に中指が入るようにします

下のはしは、薬指のつめの横と親指のつけ根ではさみます

### はしの役割



<p>つまむ</p>	<p>切る</p>	<p>はさむ</p>
<p>すくう</p>	<p>くるむ</p>	<p>混ぜる</p>