

◇学校別内訳◇			
上田小	991	豊見城中	1,014
長嶺小	564	長嶺中	624
座安小	513	伊良波中	580
豊見城小	706	豊崎中	405
伊良波小	515	給食センター	59
とよみ小	704	サポート教室とよむ	13
豊崎小	742	★合計	8,182
ゆたか小	752		

令和8年 豊見城市立学校給食センター（☎850-4585）

2月の予定献立表



学校給食の栄養基準量(7訂)	学校	E エネルギー	P たんぱく質	F 脂肪
小学校	650kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g	
中学校	830kcal	27.0~41.5g	18.4~27.7g	

※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に別紙の「食品詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学校においても毎日確認して下さい。
※魚、肉類(鶏・牛・豚)には、骨がある可能性がありますので、よくかんで気をつけて食べましょう。

1年の幸福を願う「節分」の行事

2月3日 節分

立春の前日に当たる節分には、古くから、豆まきをしたり、ヒラギワシ(ヤイカガシ)を玄関に飾ったりして、病気や災難を起こす“鬼(邪鬼)”を追い払い、1年の無事や幸福を願う風習があります。最近では、「恵方巻き」が店頭をにぎわすようになりましたが、もともと全国的な風習ではなく、江戸時代に大阪の商人が商売繁盛祈願のために行っていた風習が始まりとされています。(※諸説あります)

節分にまつわる食べ物

福豆
大豆をいったもの。豆まきに使うほか、自分の年齢の数、または年齢の数+1個食べて、1年の幸福を願います。大豆の代わりに落花生を使う地域もあります。

恵方巻き
太巻きずし。その年の歳神様がいるとされる“恵方”を向き、願い事を思い浮かべながら、無言で丸かじりします。

2(月) タンカンについて タンカン、いわしのみぞれ煮、ごはん、肉じゃが、牛乳	3(火) 節分について てまきずし、ウイナー、ごはん、ちらずし、手まき用のり、スティック納豆、豚汁、牛乳	4(水) カゼにまけない体 チーズ、大根のレモンづけ、ごはん、チキンカレー、牛乳	5(木) くるまふについて フータシャー、ごはん、ゆしどうふ、牛乳	6(金) ミラノ冬季オリンピック開幕 フォカッチャ、メンチカツ、ボロネーゼパスタ、花野菜サラダ、牛乳
9(月) 豊見城市産野菜について ミニトマト1個、チンゲン菜と春雨いため、ごはん、ワンタンスープ、牛乳	10(火) はくさいについて トマトオムレツ、コッペパン(小学校)、ココアあげパン(中学校)、白菜のクリーム煮、牛乳	11(水) 建国記念の日(けんこきねんのひ) リクエスト給食 今月もリクエストの多かった料理を取り入れています。このマークがついている料理がリクエストが多かった料理です。	12(木) りんごの栄養 りんご、干切りイリチー、ごはん、シカムドゥチ、牛乳	13(金) 生活リズムを整える ビビンバ、ビビンバ(具)、かけて食べるごはん、わかめスープ、ガトーショコラ、牛乳
16(月) はるまきについて 春雨のちゅうかサラダ、ごはん、はるまき、マーボー大根、牛乳	17(火) 旧正月 ちんすこう、クープイリチー、ごはん、なかみ汁、牛乳	18(水) ブッキーニについて かぼちゃサラダ、チョコジャム、コッペパン、ポトフ、牛乳	19(木) 第3木曜日は琉球料理の日 さつまいもステック、タマナーチャンプルー、ごはん、チムシンジ、牛乳	20(金) もずくの栄養 もずく丼、もずく丼(具)、かけて食べるごはん、白菜スープ、バナナ、牛乳
23(月) 天皇誕生日	24(火) 食事のマナーについて 五目きんぴら、ごはん、じゃがいものみそ汁、牛乳	25(水) キャベツの栄養 オレンジ(中3以外)、シークワサーソルベ(中3のみ)、ホイコーロー、ごはん、ちゅうかコーンスープ、牛乳	26(木) まぐろについて まぐろフライ、カレーうどん、ごぼうサラダ、牛乳	27(金) よくかんで食べよう りんごゼリー、てりやきチキンパティ、ごはん、ぶた肉のしらたきいため、牛乳

和食の食事作法は「はしに始まり、はしに終わる」といわれるほど、はしの使い方はとても重要です。はしは「切る」、「はさむ」、「混ぜる」などの多様な機能があるので正しい持ち方や使い方を身につけると、食事がスムーズにできます。

基本のはしの持ち方

やってみよう!

- 上のはしは、正しい鉛筆の持ち方で軽く持ち、数字の1を書くように縦に動かしてみよう。
- 下のはしは、親指のつけ根から、中指と薬指の間に通します。はし先はそろえましょう。
- 親指を支点にして、中指で上のはしを持ち上げ、上のはしだけを動かしましょう。

マナー違反に注意! きらいばし

一緒に食事をする人に、不快な思いをさせてしまうはしづかいを「きらいばし」といいます。気をつけましょう。

刺しばし	寄せばし	迷いばし	ねぶりばし
涙ばし	持ちばし	探りばし	はし渡し

★学校給食は皆さまが納める給食費からつくられます。納付期限は毎月10日となっております★
☆毎月10日までに納めるようにしましょう☆