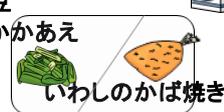
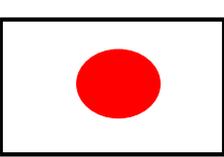
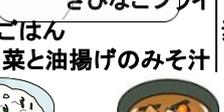
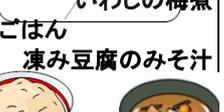


令和2年 2月



こんだて

西郷村学校給食センター

月	火	水	木	金
3日 節分行事食 福豆 おかかあえ  いわしのかば焼き  黒米ごはん けんちん汁  幼稚園	4日 いちごゼリー チャプチェ風炒め  春巻き  麦ごはん わかめスープ  幼稚園	5日 川谷中 リクエスト献立 	6日 プリン かぶのピリリ漬け  大学いも けんちんうどん  幼稚園	7日 具物 コロコロサラダ  ハヤシライス  幼稚園
10日 カミカミグミ しょうがあえ  いかのかりんと揚げ  雑穀ごはん 根菜のみそ汁  小田倉小、幼稚園	11日 建国記念の日 	12日 ポンカン 切り干し大根の炒め煮  さんまの生姜煮  雑穀ごはん じゃがいものみそ汁  幼稚園	13日 くパロア ほうれんそうのソテー  ナース メンチカツ  にこにこパン 豆乳スープ  幼稚園	14日 塩昆布あえ  納豆 野菜肉団子  麦ごはん おでん  幼稚園
17日 プルーン おからいり  ぶりの照り焼き  雑穀ごはん なめこ汁  幼稚園	18日 チリアチーズ ビーフン炒め  鮭フライ  雑穀ごはん 具だくさん汁  幼稚園	19日 さつスティック しじきのさっぱりあえ  豚肉のみそ焼き  麦ごはん すまし汁  幼稚園	20日 貝宿ドック ジャーマンポテト  ナース えびカツ  コッペパン 肉団子スープ  幼稚園	21日 具物 カミカミごぼうサラダ  チキンカレーライス  幼稚園
24日 振替休日 	25日 パナコッタ(苺) 野菜炒め  きびなごフライ  若菜ごはん 白菜と油揚げのみそ汁  幼稚園	26日 いもチップス もやしのナムル  きょうざ  麦ごはん マーボー大根スープ  幼稚園	27日 厚島ももゼリー アーモンドサラダ  ナース チキンカツ  にこにこパン ポークビーンズ  幼稚園	28日 五小魚 ごま酢あえ  いわしの梅煮  雑穀ごはん 凍み豆腐のみそ汁  幼稚園

<今月の給食から～塩こんぶあえ～>

【材料】4人分
 かぶ……1個
 にんじん……1/5本
 キャベツ……2枚
 きゅうり……1/2本
 塩こんぶ……4g
 食塩……ひとつまみ
 しょうゆ……小さじ1
 ごま油……小さじ1
 おろししょうが……少々

【作り方】
 ① かぶはいちょう切り、にんじんは千切り、キャベツは千切り、きゅうりは小口切りにし、さっと茹でて冷ます。
 ② 水気を切った①と、調味料を合わせる。塩こんぶの塩気も入るので、やや控えめに味付けする。

インフルエンザや胃腸炎が流行しています。食事前の手洗いをしっかりおこないましょう！手洗いはきれいに洗ったつもりでも、目に見えないバイ菌が残っていることがあります。特に手のしわ、指先、指の間、手首の汚れには気をつけましょう。

★手洗い忘れずに★

