

いただきまーす！

2026.2月 輪内中メニュー表

月	火	水	木	金
2	3 ご飯 牛乳・福豆 磯辺つくね 昆布キャベツ レタスと卵のスープ	4 ご飯 牛乳 肉じゃが かみかみ和え	5 ご飯 アシドミルク フーチャンプルー パンサンスー	6 魚ご飯 牛乳 マカロニサラダ 豚汁 たくあん
9	10 ご飯 牛乳 マーボー春雨 大豆スープ	11 ご飯 アシドミルク おからキッシュ コーンサラダ ABCスープ	12 建国記念の日	13 ご飯 牛乳 鯵のすり身揚げ ごま和え そうめん汁
16	17 ご飯 アシドミルク 手作りハンバーグ ごまドレサラダ コーンスープ	18 びっくりピザパン コーヒー牛乳 キャベツとツナのサラダ オニオンスープ	19 ご飯 アシドミルク ビビンバ はりはり漬け わかめスープ	20 ■キムチチャーハン 牛乳 ナムル 青梗菜のスープ
23	24 天皇誕生日	25 ご飯 アシドミルク ■チキンのネギソース スパサラダ すまし汁	26 ご飯 牛乳 マダイの西京焼き ひじきの炒り煮 みそ汁	27 ■オリーブパスタ 牛乳 和風サラダ ■きなこ揚げパン

2月の給食はリクエストメニューを献立に組み込んでいます。
3年生のみなさんは給食もあと約20回！残りわずかですね。
みんなで楽しい時間を過ごしてくださいね😊

美しい食べ方で食べよう！

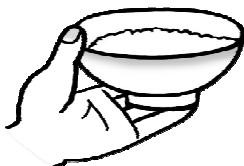
食事のマナーは、自分自身がスムーズに気持ちよく食事を進め、周りの人をいやな気持ちにさせないためにとても大切です。はしとわんを使う日本の食事ではとくに次のこと気につけましょう。

姿勢を正そう



テーブルと体の間をこぶし1つ分くらい開けて、背筋を伸ばして食べましょう。

わんを持って食べよう



茶わんやおわんは持って食べると姿勢もよくなり、食べこぼしも防げます。

はしは正しく持とう



「つまむ」「切る」「さく」「すくう」など、はしの機能がフルに生かせます。

ご飯とおかずを交互に食べよう

「ぱっかり食べ」は、作った人や一緒に食べる人をいやな気持ちにさせてしまします。途中で残すと栄養にかたよりも出やすくなります。

