

平成31年 2月分もりつけ表 Bコース

海老名市教育委員会

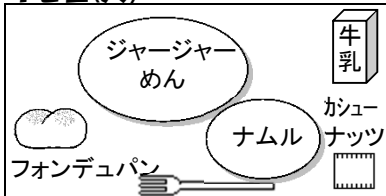
1日(金) 節分献立



6日(水)



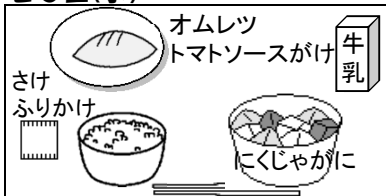
12日(火)



15日(金)



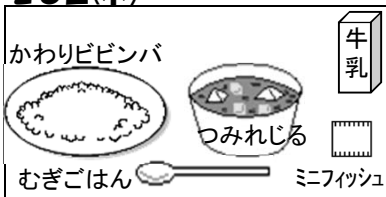
20日(水)



25日(月)



28日(木)



今月の旬：だいこん・ねぎ

はくさい・ほんかん

海老名産：もやし・こめ



4日(月)



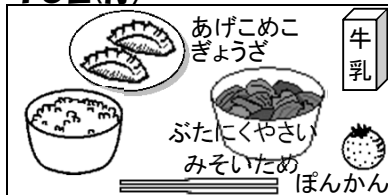
7日(木)



13日(水)



18日(月)



21日(木)



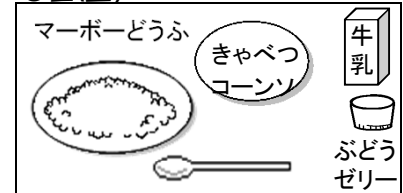
26日(火)



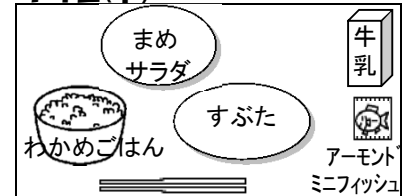
5日(火)



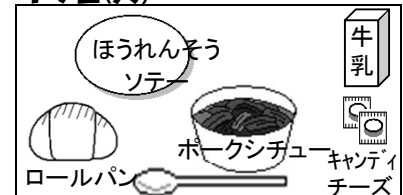
8日(金)



14日(木)



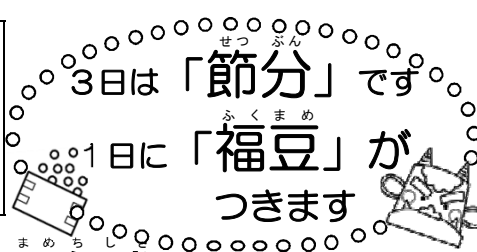
19日(火)



22日(金)



27日(水)



豆知識

「福豆」は、大豆を炒ったものです。大豆は、たんぱく質や脂質を多く含み不足しやすい栄養素である、鉄分やカルシウム、食物繊維も豊富です。

食べ物は、持っている働きの違いで大きく3つに分けられます。給食は、3つがバランス良く入っています。

食べ物が持つ働きの違い

- ❖ エネルギーのもとになる (ごはん・パン・めん・いも)
- ❖ 体をつくるのもとになる (にく・さかな・たまご・牛乳)
- ❖ 体の調子を整えるのもとになる (やさしい・くだもの)