

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>こっばなます <b>2日</b></p> <p>あげどりのいそふうみ</p> <p>せきはん さわにわん</p> <p>少年の日お祝いランチ</p>	<p>キャベツのあえもの <b>3日</b></p> <p>いわしのかばやき</p> <p>しろごはん こんさいみそしる</p> <p>節分ランチ</p>	<p>カラフルサラダ <b>4日</b></p> <p>とうおんしさんももジャム</p> <p>とりにくのバジルやき</p> <p>ふゆやさいポトフ</p> <p>コッペパン</p>	<p>ゆずふうみづけ <b>5日</b></p> <p>きんぴらごぼう</p> <p>しろごはん とうふのごもくあんかけ</p>	<p>こまつなサラダ <b>6日</b></p> <p>だいずとにぼしのあげに</p> <p>コッペパン もちむぎいりプチプチにくだんごのクリームに</p> <p>愛媛FCとのコラボメニュー</p>
<p>だいこんときゅうりのナムル <b>9日</b></p> <p>ピビンバ</p> <p>しろごはん ちゅうかスープ</p>	<p>そくせきづけ <b>10日</b></p> <p>コーンのかきあげ</p> <p>ごくごくごはん とうおんじる</p>	<p><b>11日</b></p> <p>建国記念の日</p> 	<p>しそひじき <b>12日</b></p> <p>カシューナッツあえ</p> <p>ホキのピリカラフル</p> <p>しろごはん えのきのすましじる</p>	<p>スイートポテトサラダ <b>13日</b></p> <p>とりにくのくろみつに</p> <p>コッペパン むぎむぎスープ</p>
<p>こまつなのおひたし <b>16日</b></p> <p>せんざんき</p> <p>はだかむぎごはん しみっばなしどん</p>	<p>ケールのごまあえ <b>17日</b></p> <p>さかなのこうみあげ</p> <p>しろごはん いそに</p>	<p>カラフルだいこんサラダ <b>18日</b></p> <p>あかまいりドリア</p> <p>こくとうパン ABCスープ</p> <p>スクールランチ教室メニュー</p>	<p>コールスローサラダ <b>19日</b></p> <p>きなこまめ</p> <p>しろごはん ハヤシライス</p>	<p>かいそうサラダ <b>20日</b></p> <p>ささみのレモンに</p> <p>こめこパン チリコンカン</p>
<p><b>23日</b></p> <p>天皇誕生日</p> 	<p>キャベツとあぶらあげのあえもの <b>24日</b></p> <p>えびてん</p> <p>しろごはん こくしょう</p> <p>新居浜市の郷土料理</p>	<p>くきわかめのサラダ <b>25日</b></p> <p>アーモンドいりかみかみチップス</p> <p>はだかむぎこパン ペンネ・ミートソース</p>	<p>さんしょくあえ <b>26日</b></p> <p>さばのこうみやき</p> <p>しろごはん さといもとだいこんのそぼろに</p>	<p>おひたし <b>27日</b></p> <p>かきあげ</p> <p>しろごはん カレーうどん</p>

2月3日は節分です！

節分は、もともと立春、立夏、立冬の前日のことでしたが、今では立春の前日のことだけをいうようになりました。節分にいり豆を年の数や年にひとつ足した数食べると、1年を元気に過ごすことができるといわれています。豆まきや、柗の枝に焼いたいわしの頭を刺した「鬼ぐい(やいかがし)」には、鬼(病気や災い)を追い払うという意味があります。



17日には、北吉井小と重信中の子どもたちが収穫したケールが使われます。お楽しみに！



ほさか 保坂 ゆうな 優那選手



私たち、愛媛FCレディースがメニューを考えました！クリーム煮には、強い筋肉を作ってくれるたんぱく質が豊富な牛乳をたっぷり使っています。筋肉に疲れがたまっている運動後にぴったりの料理です。さつまいもを入れることで甘味が出て、さらにおいしくなる工夫をしています。残さず食べてね。