

# 給食だより

令和7年2月21日  
川崎市立向丘小学校  
栄養士 田中 晶

## 2月27日（木） 自校献立のお知らせ

ピラフ（ごはん） 牛乳 スパイシーチキン  
冬野菜のコンソメスープ うちのいちご  
エネルギー 646kcal たんぱく質 29.7g

### ★ピラフ（ごはん）

豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、コーン、ピーマンを炒め、炊きあがったご飯と一緒に混ぜ合わせます。

### ★スパイシーチキン

とり肉のから揚げをアレンジしました。オールスパイス、黒コショウ、ガーリックパウダーなどの調味料で下味し、米粉と片栗粉をあわせた粉をつけ、油でカリッと揚げます。オールスパイスは、肉料理と相性がよいほか、お菓子作りにも使える万能スパイスです。

### ★冬野菜のコンソメスープ

季節の食品の大根、白菜を入れた、体の温まるスープです。

### ★いちご

いちごは、平5丁目にある「うちで農園」さんでとれるもので、1人2個ずつになります。

3年生は社会科の学習で、いちごハウスの見学に行きました。ぜひ向丘小の子どもたちに食べてほしいという思いで、真っ赤に熟した甘くておいしいいちごを育てていただきました。おいしくいただきましょう。

## 3月 給食のお知らせ

### ★給食目標

「1年間の食生活をふり返ろう」

～1年間の給食から自分の生活に活かせることを考える～

### ★季節の食品

キャベツ、たまねぎ、にら、パセリ、しらす、ひじき、わかめ、デコポン

### ★行事食 4日（火）「ひなまつり」

ちらしごはん（ごはん） きざみのり 牛乳 ぶりのたつた揚げ  
やよい汁 ひなあられ

ひなまつりの行事食です。給食のちらしごはんは、かんぴょうや油揚げを煮て最後に酢を効かせた具と、ごはんをまぜたものです。きざみのりをかけて食べます。やよい汁は、なるとと溶き卵を入れた、いろどりのきれいなすまし汁です。

### ★給食は18日（火）で終了です。

給食当番の児童は、使用したかっぽう着を持ち帰ります。翌週までに洗濯、アイロンがけ、必要があれば補修をして学校へもってきてください。

献立名	熱や力のもとになる（黄）	血や肉、骨や歯になる（赤）	体の調子を整える（緑）
ピラフ、牛乳、いちご	精白米、油	豚ひき肉（もも）、牛乳	たまねぎ、にんじん、ホールコーン、ピーマン、いちご
スパイシーチキン	油、米粉、片栗粉	とり肉（皮つき） とり肉（皮なし）	
冬野菜のコンソメスープ		ベーコン	にんじん、たまねぎ、大根、白菜、パセリ