



Main table with columns for date, meal name, ingredients, and nutritional information. It lists daily menus from Feb 1st to Feb 28th, including items like 'ごはん', 'カレーライス', and 'ハンバーグ'.

\*献立や使用する食材は時季や天候、価格などの状況によって変更することがあります。
\*学校給食では「地産地消」に取り組んでおり、できる限り佐世保市産・長崎県産の食材を使用しています。

★今月の献立について★

- 季節の果物「はるか」「せとか」「ぼんかん」を取り入れています。長崎県産で、みかんの仲間です。
○ 3日：節分の行事食「節分豆」を取り入れています。節分は、季「節」を「分」
けると書くように、暦の上で冬から春に替わる立春の前の日にあたります。豆をまいたり、いわしを食べたりして、悪いものを追い出し、健康と幸せを願う行事です。
○ 16日：長崎県内産の「アイコトマト」を使用します。
○ 18日：毎月19日は「食育の日」です。長崎県産のしいらを使用した「しいらのレモンソースあえ」、佐世保市産のカリフラワーを使用した「花野菜サラダ」を予定しています。

★今月の地元の食材★
【佐世保市産】
精白米・牛乳・煮干し・ほうれん草
きゅうり・たまねぎ・だいこん・パセリ
れんこん・カリフラワー
【長崎県産】
わかめ・ひじき・じゃがいも・キャベツ
はくさい・にんじん・葉ねぎ・アイコトマト
えのきたけ・しめじ・しいたけ・エリンギ
はるか・お魚コロッケ・しいら

