

令和7年度

# 1 月 献 立 予 定 表

湯沢市学校給食センター

めあて：学校給食について理解を深めよう

月	火	水	木	金
 <p>1/24~1/30は ぜんこくがっごうめいしゅくしやうかん 「全国学校給食週間」です</p> <p>明治22年(1889年) 日本初の給食</p>  <p>※はしは洗って毎日持てきましょう。</p> <p>※献立は、物資の都合等により変更になる場合があります。</p>		14	15	16
		コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 ピザ焼きハンバーグ マカロニサラダ たまごスープ	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さんまの塩焼き チンゲン菜の炒め物 だいこん なまめ 大根と生揚げのみそ汁	むぎ 麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 チキンカレー さんかく 三角オムレツ あさづ 浅漬け
19	20	21	22	23
ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 いわしのオレンジ煮 こうや とうふ 高野豆腐の五目煮 はくさい 白菜のみそ汁	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ゆーりんちー 油淋鶏 ナムル わかめとだいこん 大根のみそ汁	きつねうどん ぎゅうにゅう 牛乳 たらのパン粉焼き ポテトサラダ りんご	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 秋の和風 メニュー さけ しおや 鮭の塩焼き きりぼ だいこん 切り干し大根の煮物 なめこのみそ汁	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ぎょうざ (パックしょうゆ) もやしとあぶらあ 油揚げのあえ物 じゃがいものみそ汁
26	27	28	29	30
ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 まいぼーどうふ 麻婆豆腐 だいこん 大根サラダ キャベツとあぶらあ 油揚げのみそ汁	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さばのみりんしょうゆ さばのみりん醤油焼き せり蒸し なつとう じる 納豆汁 あるざとの味	コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 とりく 鶏肉のマーマレード焼き コールスローサラダ ミネストローネ	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 あじフライ (パックソース) ごまあえ なめこのみそ汁	ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 あかうお て 赤魚の照り焼き にく 肉じゃが はくさい とうふ 白菜と豆腐のみそ汁

湯沢西小

6年1組 名前 佐藤 夏芽

さんの献立

1月22日(木)

- ごはん ●牛乳
- 鮭の塩焼き
- 切り干し大根の煮物
- なめこのみそ汁



魚を主菜にして和食の献立を立ててくれました。切り干し大根は生の大根とは違う食感が楽しめる食材で、昔から保存食として親しまれてきました。洋食が好きな人も多いですが、無形文化遺産にも登録された「和食」をこれからも大事にしていきたいですね。

テーマ：秋の和風メニュー

工夫したところ

- ・洋食だけでなく、和食も食べてもらう。
- ・バランスよい食事
- ・鮭とごはんが合う。

完成図



《ふりかえり》

毎日食べている給食は、栄養士の人たちがよく考えてつくってくださっていると知った。

