

2月献立予定表

湯沢市学校給食センター

めあて：栄養バランスのよい食事をしよう

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
焼肉丼 牛乳 ブロッコリーのサラダ 大根のみぞ汁	ごはん 牛乳 いわしの梅煮 いりどり チンゲン菜のみぞ汁 節分豆	肉うどん 牛乳 ちくわの磯辯揚げ (小2個、中3個) 五色あえ りんご	ごはん 牛乳 かにたま甘酢あんかけ 春雨の炒め物 ワンタンスープ	ごはん 牛乳 チキンみそかつ 野菜の変わり漬け 花なるとのすまし汁
9	10	11	12	13
ごはん 牛乳 肉団子 (小2個、中3個) なめたけあえ かぶのみぞ汁	ごはん 牛乳 赤魚の塩焼き インド煮 白菜のみぞ汁	建国記念の日	ごはん 牛乳 豚肉と こんにゃくの炒め物 まめまめサラダ じゃがいものみぞ汁	ごはん 牛乳 まぐろかつ (パックソース) 野菜炒め 八杯豆腐 犬っこサブレ
16	17	18	19	20
ごはん 牛乳 鶏肉のピリ辛焼き ツナ入りおひたし えのきのみぞ汁	ごはん 牛乳 鮭の生姜焼き ひじきの煮物 かきたま汁	野菜みそラーメン 牛乳 にらまんじゅう 中華サラダ	ごはん 牛乳 タラの南部揚げ 生姜わかめの炒め煮 小松菜のみぞ汁	麦ごはん 牛乳 ポークカレー イタリアンサラダ ヨーグルト
23	24	25	26	27
天皇誕生日	ごはん 牛乳 さばのみぞ煮 にんじんしりしり ねぎと豆腐のみぞ汁	背割りコッペパン 牛乳 チリコンカン グリーンサラダ クリームシチュー	ごはん 牛乳 ほっけみりん醤油焼き こんにゃくのごま風味炒め キャベツのみぞ汁	ごはん 牛乳 鶏肉の塩唐揚げ (小2個、中3個) おかかあえ なめこ汁

※はしは洗って毎日持ってきましょう。 ※献立は、物資の都合等により変更になる場合があります。

副菜（ふくさい）

野菜やきのこなどをを使ったおかず
体の調子を整えるもとになる。

主菜（しゅさい）

魚や肉、卵などをを使ったおかず
体をつくるもとになる。

主食（しゅしょく）

ごはん、パン、めん
エネルギーのもとになる。



主食・主菜・副菜をそろえよう！