令和7年2月給食写真

出雲市立出雲学校給食センター

月	火	水	木	金
3【節分献立】	4	5	6【四絡小希望献立】	7
ごはん 牛乳 さばの塩焼き 豆まきサラダ あつあげのみそ汁	五目うどん おむすび（小・中） 牛乳 豚肉のしょうが焼き ごま酢あえ	ごはん 牛乳 あじのバーベキュー焼き 白菜のアーモンドあえ けんちん汁	ごはん 牛乳 鶏肉の香味焼き 納豆サラダ 油あげのみそ汁 みかんクレープ	パン 牛乳 さけの 照り焼きソースかけ コールスローサラダ ミネストローネ
10		12	13【おいしい出雲の一日】	14
	2月3日～14日は 特別栽培米ウィーク			
ごはん 牛乳 ハンバーグの ケチャップソースかけ 水菜のサラダ 豚汁		カレーライス 牛乳 オムレツ 海そうサラダ	ごはん 牛乳 キャベツ入りつくね ほうれんそうと もやしのいそかあえ 神西湖のしじみ汁	パン メープルジャム 牛乳 さけの香草焼き カラフルサラダ ABCスープ
17【三市交流献立 出雲の日】	18【出雲市共通献立】	19	20	21
ごはん 牛乳 めばるの南蛮漬け かわりあえ のりふで★	クリームスパゲッティ おむすび（小・中） 牛乳 いわしの香味 フライ グリーンサラダ	ごはん 牛乳 豚肉のスタミナ焼き 大根の中華あえ 春雨スープ	ごはん 牛乳 さわらの塩こうじ焼き りっちゃんの元気サラダ 豆腐のみそ汁	パン 牛乳 ハンバーグの デミグラスソースかけ 根菜サラダ コンソメスープ

月	火	水	木	金
	25 塩ラーメン おむすび（小・中） 牛乳 あげぎょうざ （幼・小2個、中3個） キャベツのツナあえ	26 ごはん 牛乳 小いわしの米粉あげ わかめの酢の物 かきたま汁	27【神西小希望献立】 かりかり梅ごはん 牛乳 鶏肉のからあげ もやしのナムル 大根のみそ汁	28 黒糖パン 牛乳 ホキの レモンペッパー焼き ブロッコリーのサラダ クリームスープ

「今月の給食目標　健康を考えて食べよう」

「健康な体」は、毎日の習慣の積み重ねによって作られます。
「すこやかしまねっこ」のスローガンのもとに、ご家庭での生活を振り返ってみませんか？

すこやかしまねっこ　～「食育」推進の合言葉～

す…すききらいせず　三度の食事をバランスよく
こ…子どもの時から かむ習慣を身につけよう
や…野菜を食べて体いきいき　心うきうき
か…感謝をこめて「いただきます」「ごちそうさま」
し…しっかりと毎日食べよう朝ごはん
ま…マナーを守り　楽しくなごやか食事タイム
ね…寝る前に食べすぎないよう気をつけよう
つ…伝えよう郷土料理　大切にしよう家庭の味
こ…心と体においしい食事　楽しい食事

3日～14日は「特別栽培米ウィーク」

出雲市では学期に一回、出雲市斐川町にある「米米田んぼ」で農薬や化学肥料を減らして栽培された「特別栽培米きぬむすめ」を提供しています。地元で大切に育てられたお米を味わって食べましょう。

★三市交流献立

１月に引き続き、２月も「三市交流献立」を行います。
今月は出雲市の郷土料理「のりふで」です。のりふでは、岩のりをたっぷり使った料理で、汁の中ののりをはしでもちあげると、筆の先のようになることからその名があると言われています。