






# 2月 盛り付け表



上市町立上市中学校

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	1 納豆あえ ぎょうざ (1人2個) ごはん 八宝菜	2 こんぶあえ 小魚と大豆のピーナッツがらめ ごはん 鶏肉と大根の煮物	3 節分献立 恵方巻を作ろう 焼き肉 三色ナムル 酢飯 ごまげんちん 節分豆 手巻きのみ	4 黒川良安誕生祝 献立 ドレッシングあえ きびなごのクリスピー揚げ (1人4尾) みかん 減量キャロットパン 長崎ちゃんぽん
7 かぶの梅肉あえ さばのカレー揚げ ごはん ちゃんこ鍋	8 のりチーズポテト 肉野菜炒め ヨーグルト ごはん 春雨スープ	9 ゆずあえ いわしのしょうが煮 大豆ひじきごはん なめこ汁	10 フロccoliーのごまだれ ふくらぎのかば焼き ごはん 卵としじ	11 建国記念の日 
14 バレンタインデー 献立 さつまいもとひじきのサラダ ハートハンバーグ ハートハンバーグ ガーリックライス きのこスープ	15 金時豆の甘煮 すりみ揚げ ごはん こんこん汁	16 レモンびたし ほっけの塩焼き ごはん みそおでん	17 コーンあえ 鶏肉とピーのケチャップがらめ ごはん 豆乳汁	18 ソフト麺の カレーソースかけ 白菜とりんごのサラダ スパニッシュオムレツ
21 グリーンサラダ 鶏のから揚げ ごはん 具だくさんみそ汁	22 アーモンドあえ さわらの西京焼き りんご ごはん もずくのかきたま汁	23 天皇誕生日 	24 しょうがびたし サクラマスのフライ ごはん 大豆の磯煮	25 浅漬け 野菜シューマイ (1人2個) 麦ごはん ごはんにのせて食べよう! マーボー丼
28 おすわい 赤魚の照り焼き ごはん キムチ鍋	<b>&lt;2月3日は節分&gt;</b> 節分とは、もともと立春、立夏、立秋、立冬の前日のことで、季節の変わり目を指していました。それが次第に、立春の前日だけというようになりました。 大阪発祥の風習で「恵方に向かって願い事を思い浮かべながら丸かじりし、言葉を発せず最後まで食べきると願い事がかなう」とされる恵方巻きがあります。給食では、焼き肉、三色ナムルを巻いて恵方巻きを作ってみましょう。今年の方角は「北北西」です。			



