



期	きょうじ 行事	しゅよく 主食	こんだてめい 献立名	おも しょうしょくひん 主な使用食品						I科+ 前期課程 後期課程
				あか しょうひん からだ 赤の食品：体をつくる		みどり しょうひん からだ ちようし との 緑の食品：体の調子を整える		き しょうひん 黄の食品：エネルギーになる		
				魚・肉・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 海藻・小魚	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	穀類・芋類・砂糖類	油脂 脂肪の多い食品	
8 (月)		ごはん	ととまる くきわかめのきんぴら みそしる メロンゼリー	ととまる ベーコン みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう くきわかめ	にんじん いんげん	ごぼう きゃべつ たまねぎ しめじ	ごはん さとう こんにやく メロンゼリー	あぶら ごま	603 790
9 (火)	9年生 給食なし	しよく パン	ココアめめ カラフルソテー ワントンスープ アップルシャーベット	ひよこめめ ベーコン ぶたにく	ぎゅうにゅう だっしふんにゅう	にんじん ビーマン きピーマン あかピーマン	きゃべつ はくさい ほししいたけ ねぎ	しよくパン さとう ワンタン ミルクココア		671 806
10 (水)	9年生 給食なし	ごはん	えびのチリソースに ゆでやさい ヨーグルト たんたんはるさめスープ	えび ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん ブロッコリー ちんげんさい	しいたけ たけのこ ねぎ たまねぎ しょうが にんにく	ごはん さとう はるさめ じゃがいも	ごまあぶら	711 869
11 (木)	9年生 給食なし	しよく パン	ぶたにくといものねぎソースがらめ ドレッシングサラダ フルーツポンチ チョコレートクリーム	ぶたにく	ぎゅうにゅう		きゃべつ きゅうり パナナ コーン パイン みかん もも しょうが ねぎ	しよくパン でんぷん じゃがいも かんてん チョコクリームゼリー	ごま	601 842
12 (金)		ごはん	ふくらぎのみりんやき こまつなときりほしだいこんのひたし みそしる カシューナッツ	ふくらぎ きぬごしとうふ みそ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん	きゃべつ きりほしだいこん たまねぎ ねぎ	ごはん カシューナッツ	ごま	703 816

15 (月)		ごはん	ハヤシライス とうふハンバーグ ブロッコリーサラダ	ぎゅうにく とうふハンバーグ	ぎゅうにゅう	にんじん ブロッコリー	きゅうり コーン たまねぎ しめじ	むぎごはん じゃがいも ハヤシルウ さとう	あぶら	603 820
16 (火)		1/2 コッペパン	オムレツ みずなサラダ ソフトめんのカレーソースかけ	オムレツ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	みずな きゅうり たまねぎ しょうが マッシュルーム パイン	1/2コッペパン ソフトめん カレールー さとう	あぶら	671 863
17 (水)		げんりよう ごはん	かにシューマイ きゅうりのナムル ごもくラーメン とうにゅうプリン	かにシューマイ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり きゃべつ たまねぎ メンマ ねぎ にんにく しょうが	ごはん ちゅうかめん とうにゅうプリン	ごまあぶら ごま	711 795
18 (木)		ごはん	さけのしおやき ほうれんそうとしめじのごまみそ すきやきに ほしブルー	さけ みそ ぎゅうにく とうふ	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん	きゃべつ しめじ ねぎ ほしブルー	ごはん こんにやく じゃがいも さとう すきやきふ		601 844
19 (金)	高岡 食19丼 献立	ごはん	たかおかやさいのグリーンどん やきポテト あおりんごゼリー とうふのすましじる	ぶたにく きぬどうふ	ぎゅうにゅう わかめ	ほうれんそう にんじん	たまねぎ しいたけ ねぎ	ごはん しらたき ポテト てまりふ りんごゼリー さとう	ごまあぶら	703 777
20 (土)	運動会	ごはん	ささみカツ ゆかりあえ ぶたじる れいとみかん	ささみ みそ ぶたにく たまご	ぎゅうにゅう	にんじん	さつまいも きゅうり だいこん ねぎ きゃべつ みかん	ごはん こんにやく さとう		721 848

22 (月) 繰替休業日										
23 (火)		こめこ いりパン	チーズエッグ フルーツあえ ミネストローネ	とりにく たまご だいず	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん いんげん	たまねぎ しめじ セロリ りんご みかん レーズン パイン もも パナナ	こめこいりパン じゃがいも さとう	オリーブオイル	677 906
24 (水)		ごはん	ぶたにくのジャンロー ひじきサラダ かきたまじる ブルーベリーゼリー	ぶたにく たまご	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん ブロッコリー	たまねぎ きゅうり きゃべつ	ごはん さとう でんぷん おつゆふ	ごま	614 789
25 (木)		あげパン	ウインナー ビーフソテー ポテトスープ ◆チーズ	ウインナー とりにく きなこ	ぎゅうにゅう ◆チーズ だっしふんにゅう	にんじん ピーマン	きゃべつ たまねぎ エリンギ パセリ	2/3コッペパン ビーフン じゃがいも	ごまあぶら	679 867
26 (金)	後期課程 給食なし	ごはん	ししゃものいしがきあげ ちゅうかふうだいずのうまに みそしる	ししゃも たまご ぶたにく だいず あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	たけのこ はくさい しめじ ねぎ ほししいたけ	ごはん さとう ごま		610 820

29 (月)		ごはん	しろえびのほうせきあげ ほうれんそうのひたし だんごじる オレンジ	えび だいず あぶらあげ こうやどうふ	ぎゅうにゅう こんぶ あおのり	ほうれんそう	きゃべつ ごぼう ねぎ オレンジ	ごはん さとう しらたまだんご こんにやく でんぷん	ごま	662 853
30 (火)		2/3 コッペパン	たかおかかぼちゃコロッケ グリーンサラダ スープパゲティ ◆ミックスマツ	かぼちゃコロッケ ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	アスパラガス にんじん	きゅうり きゃべつ たまねぎ コーン マッシュルーム	2/3コッペパン スパゲティ さとう ミックスマツ	マーガリン	605 844
31 (水)		ごはん	さばのホイルやき こまつなのコーンあえ やさいのうまに	さば とりにく あつあげ	ぎゅうにゅう こんぶ	こまつな にんじん	きゃべつ コーン たけのこ	ごはん じゃがいも さとう		614 802

※ 牛乳(200ml)が毎日1本つきます。 ※ 後期課程のみの献立には◆をつけています。
 ※ 都合により、献立や使用食材を変更する場合がありますので、ご了承ください。
 ※ エネルギーは前期課程：650Kcal、後期課程：830Kcalを基準としています。