



日	まようじ 行事	しゅよく 主食	こんだてめい 献立名	おも しょうじょうひん 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	
1 (木)		しよく パン	ブロッコリーとベーコンのキッシュ にまめ ワンタンスープ	ベーコン たまご ぶたにく きんときまめ	ぎゅうにゅう チーズ	ちんげんさい ブロッコリー にんじん	たまねぎ はくさい しめじ	しよくパン ワンタン さとう	あぶら	619 816
2 (金)	かみかみ 献立	わかめ ごはん	さけのしおやき こんにやくのきんぴら なめこのみそしる ミックスナッツ	さけ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん いんげん	たけのこ なめこ だいこん ねぎ	ごはん じゃがいも こんにやく ミックスナッツ	ごまあぶら ごま	612 755
5 (月)		ごはん	えびシューマイ パンサンスー まあぼうどうふ メロンゼリー	えびシューマイ ぶたにく どうふ あかみそ	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり コーン ねぎ たまねぎ たけのこにんにく ほししいたけ しょうが	ごはん さとう はるさめ てんぷん ゼリー	ごまあぶら	642 858
6 (火)	6年生 給食なし	こめこ いりパン	すどり しおもみ フルーツポンチ アーモンドこざかな	とりにく うすらのたまご	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	きゅうり きゃべつ みかん もも パイン バナナ	こめこいりパン じゃがいも かんでん	アーモンドこざかな	698 931
7 (水)		ごはん	ひよこまめのあげがらめ あおなのゆばあえ にくじゃが	こうやどうふ ひよこまめ ぶたにく ゆば	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん いんげん	きゃべつ たまねぎ	ごはん てんぷん じゃがいも さとう こんにやく	あぶら	644 829
8 (木)	6年生 給食なし	コッペ パン	とりにくのレモンソースかけ コーンポテト やさいスープ ピーチシャーベット	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう	ちんげんさい	コーン しいたけ たまねぎ たけのこ ピーチシャーベット	コッペパン じゃがいも さとう てんぷん	マーガリン	636 844
9 (金)		ごはん	しろみざかなのマヨネーズやき こまつなとなましいたけのひたし みそしる ぶどうゼリー	しいら みそ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	きゃべつ だいこん しいたけ ねぎ	ごはん じゃがいも ゼリー	マヨネーズ	594 739
12 (月)		ごはん	ぶたにくとしらたきのピリからいため ほうれんそうのおひたし じゃがいもみそしる アンデスメロン	ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう にら	たまねぎ きゃべつ しいたけ ねぎ メロン にんにく しょうが	ごはん しらたき じゃがいも	ごまあぶら	604 768
13 (火)		コッペ パン	コーンエッグ きゃべつとパインのサラダ ミネストローネ カシューナッツ	たまご とりにく だいず	ぎゅうにゅう	にんじん トマト いんげん	きゃべつ きゅうり コーン たまねぎ セロリ しめじ パイン	コッペパン さとう じゃがいも オリーブオイル カシューナッツ	あぶら	629 803
14 (水)		ごはん	さわらのしおこうじやき はりはりあえ すきやきに ヨーグルト	さわら ぎゅうにく どうふ	ぎゅうにゅう ヨーグルト	こまつな にんじん	きゃべつ はくさい きりほしだいこん ねぎ	ごはん じゃがいも しらたき さとう すきやきふ	ごま	683 856
15 (木)	高岡食 19丼 献立	ごはん	しろえびのかきあげどん きゅうりときゃべつのしおもみ わかめのみそしる ブルーベリーゼリー	えび たまご あぶらあげ だいず みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	コーン きゃべつ たまねぎ きゅうり だいこん はくさい しいたけ ねぎ	ごはん さとう ゼリー てんぷん		672 839
16 (金)		ごはん	ししゃものいしがきあげ ゆかりあえ れいとうみかん もずくとどうふのみそしる	ししゃも たまご みそ どうふ	ぎゅうにゅう もずく	にんじん	きゃべつ きゅうり だいこん ねぎ ごぼう みかん	ごはん ごま あぶら		635 765
19 (月)	🍇🍇🍇 運動会(雨天時)の代休の予定であったため給食はありません【弁当持参】 🍇🍇🍇									
20 (火)		2/3 コッペパン	オムレツ ドレッシングあえ やさそば アップルシャーベット	オムレツ ぶたにく	ぎゅうにゅう あおのり	にんじん	きゅうり たまねぎ きゃべつ コーン アップルシャーベット	2/3コッペパン ちゅうかめん		627 824
21 (水)	郷土食 献立	ごはん	やさそば ほうれんそうとしめじのごまみそ ふときゅうりじる ◆チーズ	そば あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう ◆チーズ	にんじん ほうれんそう	しめじ たまねぎ ふときゅうり	ごはん さとう	ごま あぶら	631 854
22 (木)		コッペ パン	あらびきワインナー フルーツあえ こめシチュー	ワインナー とりにく だいず	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ	たまねぎ マッシュルーム りんご パイン みかん もも パナナ レーズン	コッペパン じゃがいも	マーガリン	711 901
23 (金)		ごはん	がんものふくめに にらのごまあえ ぶたじる ほしブルー	がんもどき ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん にら	きゃべつ ねぎ だいこん さつまいも ごぼう しょうが ブルー	ごはん こんにやく さとう	ごま	679 843
26 (月)		ごはん	いわしのうめに ぶたにくときりほしだいこんのエスニックいため だんごいりごまみそしる オレンジ	いわし ぶたにく どうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん にら	きりほしだいこん ごぼう エリンギ にんにく ねぎ オレンジ	ごはん しらたまだんご	ごまあぶら ごま	627 787
27 (火)		しよく パン	たかおかげんきコロッケ やさいとベーコンのソテー たまごとコーンのスープ チョコレートクリーム	コロッケ ベーコン たまご	ぎゅうにゅう	あかピーマン ちんげんさい パセリ	きゃべつ たまねぎ コーン	しよくパン チョコクリーム てんぷん	あぶら	678 834
28 (水)		げんりょう うごはん	しょうろんぼう やさいサラダ みそラーメン どうにゅうプリン	しょうろんぼう ぶたにく みそ あかみそ	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり たまねぎ きゃべつ メンマ にんにく ねぎ	ごはん さとう ちゅうかめん プリン		614 753
29 (木)		むぎ ごはん	どうふハンバーグ くきわかめサラダ キーマカレー	どうふハンバーグ ぶたにく だいず	ぎゅうにゅう くきわかめ	にんじん ピーマン	きゅうり たまねぎ コーン	むぎごはん カレー	ごま	718 914
30 (金)		ごはん	あかうおのたつたあげ ナムル あおりんごゼリー かんこくふうにくじゃが	あかうお ぶたにく	ぎゅうにゅう	あかピーマン にんじん	きゅうり たまねぎ しめじ ねぎ しょうが にんにく	ごはん しらたき じゃがいも てんぷん ゼリー	あぶら ごまあぶら ごま	696 851

※ 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。