



No.	きょうじ 行事	しゅよく 主食	こんだてめい 献立名	おも しょうじょくひん 主な使用食品						I和牛 - 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)	9年生 給食なし	しよく パン	さかなのマリネ シャーマンポテト たまごとコーンのスープ	あかうお たまご ベーコン	ぎゅうにゅう	あかピーマン きピーマン パセリ	たまねぎ コーン	しよくパン じゃがいも でんぶん	マーガリン あぶら	651 809
2 (金)	節分の日 献立	ちらし ずし	いわしのうめに キャベツのあえもの だんごじる せつぶんまめ	いわしのうめに きぬごしとうふ せつぶんまめ	ぎゅうにゅう	こんじん	きゃべつ きゅうり ねぎ たけのこ ほししいたけ	ごはん さとう こんにやく しらたまだんご	ごま	664 831
5 (月)		ごはん	ぶたにくのジャンロー しそあえ たかおかやさいのあったかじる	ぶたにく あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう	ピーマン こんじん	たまねぎ だいこん さといも しめじ ねぎ きゃべつ ピーチ	ごはん		649 820
6 (火)		しよく パン	かわりミートローフ フルーツあえ ワントンスープ スライスチーズ	ぶたにく おから だいず たまご	ぎゅうにゅう チーズ	こんじん	はくさい たまねぎ ねぎりんご バイン もも みかん レーズン	しよくパン ワントン		648 840
7 (水)		ごはん	ミックスみそまめ こまつなのコーンあえ にくじゃが	だいず ぶたにく ひよこまめ みそ こうやどうふ	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん いんげん	きゃべつ たまねぎ コーン	ごはん さとう こんにやく じゃがいも	あぶら	748 923
8 (木)		こめこ いりパン	ぶたにくとだいずのケチャップあえ ゆでやさい はくさいスープ	ぶたにく レバー だいず	ぎゅうにゅう わかめ	ブロッコリー にんじん	はくさい ねぎ ほししいたけ コーン たまねぎ	こめこいりパン じゃがいも でんぶん	あぶら	644 860
9 (金)	日本遺産 の日献立	ごはん	きたまえぶねのおうごんやき こんぶのロードあえ みなとまちのあらなみじる	さけ ぶたにく	ぎゅうにゅう こんぶ	ブロッコリー にんじん	きゅうり だいこん はくさい ごぼう ねぎ	ごはん はるさめ	マヨネーズ	613 793
13 (火)		コッペ パン	オムレツ ごまごまサラダ ミネストローネ	オムレツ ベーコン だいず	ぎゅうにゅう	にんじん いんげん	きゃべつ きゅうり たまねぎ セロリ しめじ	コッペパン じゃがいも さとう	ごま オリーブ油	664 830
14 (水)		ごはん	ししゃもフリッター こまつなのナムル はっぽうさい ◆ひじきふりかけ	ししゃもフリッター ぶたにく いか うすらのたまご	ぎゅうにゅう ◆ひじき	こまつな にんじん ちんげんさい	たまねぎ はくさい たけのこ コーン ほししいたけ	ごはん でんぶん	あぶら ごまあぶら	668 820
15 (木)		むぎ ごはん	カレーライス ウインナー ブロッコリーサラダ	ぶたにく ウインナー	ぎゅうにゅう	にんじん ブロッコリー	たまねぎ きゅうり	むぎごはん じゃがいも さとう		700 874
16 (金)		げんりょう ごはん	さわらのねぎみそやき そくせきつけ わかめうどん ヨーグルト	さわら あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう わかめ ヨーグルト	にんじん	はくさい たまねぎ ねぎ きゅうり ほししいたけ	ごはん うどん ごま	ごまあぶら	633 825
19 (月)	高岡食 19丼 献立	ごはん	たかおかふゆやさいのマーボーどん えびシューマイ さんしよくあえ りんご	えびシューマイ きぬどうふ ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん	しいたけ きゃべつ ねぎ きゅうり たけのこ しょうが だいこん にんにく りんご	ごはん でんぶん さとう	ごまあぶら ごま	612 812
20 (火)		1/2 コッペパン	カップエッグ はくさいとパインのサラダ ソフトめんのクリームソースかけ	たまご ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	はくさい きゅうり たまねぎ パイン マッシュルーム コーン	1/2コッペパン ソフトめん さとう	マーガリン	629 881
21 (水)		ごはん	あげだしどうふのごまだれ しょうがあえ たいりょうチゲなべ ぶどうゼリー	あげだしどうふ さけ たら みそ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	きゃべつ きゅうり だいこん はくさい ごぼう ねぎ しょうが	ごはん さとう でんぶん ぶどうゼリー	ごま あぶら	622 805
22 (木)		コッペ パン	しろみざかなのタルタルソースやき ぶたにくときりほしだいこんのオイスターソースいため キャベツのスープ ほしブルー	しいら ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん にら ちんげんさい	きゃべつ コーン たまねぎ エリンギ ブルー	コッペパン ごま マヨネーズ		680 866
26 (月)		ごはん	ととまる かぶのいろとり すきやき	ととまる ぶたにく やきどうふ	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん	かぶ きゅうり ねぎ	ごはん じゃがいも こんにやく すきやき		638 795
27 (火)	卒業 ランチ	しよく パン	たかおかげんきコロッケ ドレッシングサラダ ワカメのスープ ジャム	コロッケ ぶたにく きぬごしどうふ	ぎゅうにゅう わかめ	ブロッコリー にんじん	きゅうり コーン しめじ ねぎ	しよくパン ジャム さとう	ごまあぶら	606 727
28 (水)	郷土食 献立	ごはん	ふくらぎのてりやき ほうれんそうのしめじとごまみそ だいこんのそぼろ	ふくらぎ みそ とり	ぎゅうにゅう	ほうれんそう にんじん いんげん	きゃべつ しめじ だいこん たまねぎ しょうが	ごはん さとう こんにやく でんぶん	ごま	633 834
29 (木)	地場産品 献立	ごはん	さといもハンバーグ にんじんしりしり わかめのみそしる	ハンバーグ ツナ みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな	だいこん しめじ コーン ねぎ	ごはん		672 767

※ 牛乳 (200ml)が毎日1本つきます。

※ 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。

※ 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。