



| 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 でんぷん | 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 パイン 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 でんぷん | 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 でんぷん | 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 でんぷん 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 でんぷん ぶどうゼリー | ごま あぶら | 622 805 |
| 22 (木) | | コッペ パン | しろみぎ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 でんぷん | 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。