

令和7年度



2月分

給食献立予定表

高梁市立
高梁学校給食センター

日 付	こんだてめい	こんだて 献立のねらい	おもなざいりょう			エネルギー (kcal) 小学校 中学校
			からだ 体をつくる(赤)	からだ ちよし との みどり 体の調子を整える(緑)	エネルギーになる(黄)	
2 (月)	ソフト麺のホタテマトソース 牛乳 青じそサラダ ミルクドーナツ	安全と衛生に 気をつけた食事 「ノロウイルス」	牛乳 ベーコン ホタテ	にんじん トマト パセリ たまねぎ にんにく しめじ マッシュルーム ブロッコリー キャベツ どうもろこし	ソフトめん 油	699
					さとう オリーブオイル ミルクドーナツ ドレッシング	818
3 (火)	カツ(勝つ)丼 牛乳 れんこんの酢の物 いよかんゼリー	ちゅうがしつこう ねんせい 中学校3年生 じゅけん おうえん こんだて 受験応援献立	牛乳 わかめ とり肉 たまご ぶた肉	たまねぎ れんこん にんじん キャベツ しいたけ いよかん ねぎ	米 油	689
					さとう ゼリー でん粉 パン粉	856
4 (水)	ごはん 牛乳 鶏肉のみそ焼き 白和え お麩のすまし汁	りょうりどうぐ 料理道具 「すりこぎ」	牛乳 かまぼこ とり肉 わかめ みそ とうふ	ほうれん草 にんじん えのきたけ ねぎ	米 ごま	613
					こんにやく おつゆふ さとう	734
5 (木)	ごはん 牛乳 ぶりの照り焼き 磯香和え かす汁 みかんクレープ	ふゆ しよくせいめい 冬の食生活 「かぜの予防」	牛乳 のり ぶり さけ みそ	しょうが ほうれん草 キャベツ だいこん もやし ごぼう はくさい にんじん ねぎ みかん	米 クレープ	660
					さとう こんにやく	810
6 (金)	ごはん 牛乳 いわしの蒲焼き 菜の花のごま和え わかめのみそ汁 黒糖福豆(小中) ミニゆずレモンゼリー(幼)	ぎょうじしよく 行事食 「節分」	牛乳 大豆(小中) いわし わかめ 油あげ みそ	しょうが だいこん 菜の花 たまねぎ キャベツ ねぎ にんじん ゆず・レモン(幼)	米 油	674
					でん粉 ごま さとう ゼリー(幼)	785
9 (月)	ごはん 牛乳 さわらの薬味だれかけ おかか和え じゃが芋のみそ汁 いちごムース	はる っ さかな 春を告げる魚 「鱈」	牛乳 みそ さわら かつお節 油あげ	ねぎ ほうれん草 しょうが にんじん キャベツ たまねぎ もやし いちご	米 油	675
					でん粉 ムース さとう じゃがいも	808
10 (火)	コッペパン 牛乳 鶏肉のマスタード焼き コーンサラダ お豆のポタージュ	しよくじ 食事のマナー 「パンの食べ方」	牛乳 とり肉 白いんげん 豆乳	にんじん たまねぎ ブロッコリー パセリ キャベツ どうもろこし	パン ドレッシング	704
					ルウ ノンエッグマヨネーズ	872
12 (木)	むぎ 麦ごはん 牛乳 ちゃんこ 酢みそ和え ミニたい焼き	た もの やくわり 食べ物の役割 「緑の食品」	牛乳 ちくわ とり肉 小豆 つくね みそ 厚あげ	にんじん しょうが はくさい にんにく だいこん キャベツ 白ねぎ ブロッコリー	米 麦 ごま油	697
					こんにやく さとう たい焼き	825
13 (金)	ビーフカレーライス 牛乳 クラッシュ大豆和え	あか しよくひん 赤の食品 「牛肉」	牛乳 牛肉 大豆	たまねぎ キャベツ にんじん もやし グリーンピース ほうれん草 にんにく	米	643
					じゃがいも ルウ さとう	772
16 (月)	しっぽくうどん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ 小松菜とひじきの和え物	ぜんこく あじ 全国味めぐり 「香川県」	牛乳 青のり とり肉 ひじき 油あげ ちくわ	しょうが こまつな だいこん どうもろこし にんじん キャベツ 白ねぎ	うどん さとう	695
					さといも 油 小麦粉 ごま油 でん粉	898
17 (火)	セルフおにぎり(わかめごはん のり) 牛乳 さばのみそ煮 おひたし 大根のみそ汁 黒糖蒸しまんじゅう	かいがい にんき 海外でも人気の 「おにぎり」	牛乳 とうふ さば 小豆 みそ わかめ かつお節 のり	キャベツ はくさい ほうれん草 ねぎ にんじん だいこん	米	661
					さとう まんじゅう	815
18 (水)	うめ 梅じゃこごはん 牛乳 鶏肉の照り焼き 昆布和え すまし汁 お芋の大福	せいちうき えいよう 成長期の栄養 「カルシウム」	牛乳 ひじき とり肉 ちりめん とうふ こんぶ	キャベツ たまねぎ こまつな ねぎ にんじん うめぼし えのきたけ	米 油	668
					さつまいも ごま油 大福 さとう	810
19 (木)	ごはん 牛乳 トマトソースハンバーグ 野菜のレモン和え もち麦のスープ	ちようしよく 朝食とダイエット	牛乳 とり肉 ぶた肉 ベーコン	キャベツ レモン たまねぎ パセリ にんじん どうもろこし	米 さとう	642
					じゃがいも もち麦	781
20 (金)	ぶた 豚キムチ丼 牛乳 カリフラワーのサラダ フルーツムース	かんこく しよくひん 韓国の食品 「キムチ」	牛乳 ぶた肉 豆乳	たまねぎ いら もやし キャベツ にんにく にんじん ブロッコリー みかん キムチ カリフラワー どうもろこし	米 ムース	674
					しょうが さとう こんにやく ごま油	797
24 (火)	コッペパン 牛乳 ビーフシチュー 野菜サラダ ジャージーヨーグルト	ひるぜんそだ 蒜山育ちの ジャージー牛	牛乳 ヨーグルト 牛肉	たまねぎ にんにく にんじん キャベツ マッシュルーム ブロッコリー グリーンピース どうもろこし	パン 油	709
					じゃがいも オリーブオイル ルウ さとう	878
25 (水)	きゅうきゅう 救給カレー 牛乳 防災ポトフ バナナ パリッシュ	さいがい じ しよくじ 災害時の食事	牛乳 煮干し ツナ 大豆	どうもろこし トマト にんじん キャベツ たまねぎ パセリ しめじ バナナ	米	630
					マカロニ じゃがいも	864
26 (木)	とうふ 豆腐めし きざみのり 牛乳 竹輪とキャベツのしょうゆマヨネーズ和え 紫芋のスイートポテト	たかはし きょうどりようり 高梁市の郷土料理 「豆腐めし」	牛乳 ちくわ とうふ のり けずり粉 たまご	しいたけ しょうが にんじん ねぎ ごぼう キャベツ いんげん ブロッコリー	米	652
					さとう スイートポテト ノンエッグマヨネーズ	764
27 (金)	むぎ 麦ごはん 牛乳 生干しカレイの唐揚げ ささみと野菜のサラダ 糸寒天入りみそ汁	あか しよくひん 赤の食品 「寒天」	牛乳 みそ カレイ 寒天 とり肉 油あげ	ブロッコリー ねぎ キャベツ にんじん たまねぎ	米 麦 油	602
					さつまいも ごま油 さとう	729

※太字は高梁で作られたものです。

☆天候等により献立を変更する場合があります。