

令和7年度



2月分

給食献立予定表

高梁市立
川上学校給食センター

今月の 給食 目標	びょうき ま からだ 病気に負けない体をつくろう	こんだて 献立のねらい	おもなざいりよう						エネルギー (kcal) 小学校 中学校
			からだ 体をつくる(赤)	からだ 体の調子をととのえる(緑)	エネルギーになる(黄)				
2 (月)	むぎ 麦ごはん あお 青じそ和え 牛乳 あ のつぺい汁 いわしの甘露煮 せつぶん 節分豆	ぎょうじ 行事食 せつぶん 「節分」	牛乳 わかめ だいす	いわし とり肉	ねぎ きゅうり ごぼう キャベツ	だいこん にんじん はくさい	米 さといも でんぶん	むぎ でんぶん	630
3 (火)	あ ココア揚げパン ポタージュ 牛乳 フルーツポンチ コーンサラダ	きゅうしょく ランキング給食 「川上小」	牛乳	ベーコン	キャベツ ブロッコリー とうもろこし もも	にんじん カリフラワー パセリ パン	たまねぎ レモン なし みかん	コッペパン ココア さとう じやがいも ゼリー	739
4 (水)	な 菜の花ごはん す 酢の物 牛乳 鶏団子入りみそ汁	ぎょうじ 行事食 りっしゅん 「立春」	牛乳 たまご みそ	さわら とり肉	なのはな キヤベツ にんじん もやし	きゅうり えのきだけ たまねぎ だいこん ねぎ	米 さとう	むぎ さとう	630
5 (木)	な ハヤシライス ひよこ豆のサラダ 牛乳 オレンジ	たの 楽しい食事	牛乳 ひよこまめ	ぎゅう肉	たまねぎ マッシュルーム キヤベツ オレンジ	にんじん グリンピース きゅうり	米 じやがいも 油	むぎ 油	677
6 (金)	むぎ 麦ごはん あ ごま和え 牛乳 けんちん汁	りょうり 料理の名前 なまえ 「けんちん汁」	牛乳 とうふ	とり肉	いんげん にんじん ごぼう	もやし だいこん ねぎ	米 油 こんにゃく	むぎ さとう さといも	618
9 (月)	むぎ 麦ごはん こまつな 小松菜のしらす和え 牛乳 あ のしらす 豆腐のオランダ煮	りょうり 料理の名前 なまえ 「オランダ煮」	牛乳 こおりどうふ ちりめん	ぶた肉	ねぎ こまつな キヤベツ たまねぎ	はくさい にんじん だいこん しめじ	米 油 さとう	むぎ でんぶん	631
10 (火)	コッペパン ポークシチュー いちごジャム 牛乳 りっちゃんの元気サラダ	きゅうしょく おはなし給食 「サラダでんき」	牛乳 ハム かつおぶし	ぶた肉	たまねぎ グリンピース とうもろこし キヤベツ	にんじん だいこん トマト きゅうり	コッペパン じやがいも 油	むぎ 油	642
12 (木)	キムチラーメン 春雨と野菜の和え物 牛乳 焼きプリンタルト	きゅうしょく ランキング給食 かわかみちゅう 「川上中」	牛乳 みそ	ぶた肉	にんじん ねぎ カリフラワー きゅうり	たまねぎ はくさい にら	中華めん さとう はるさめ	むぎ ごま油	679
13 (金)	むぎ 麦ごはん やさい 野菜とちくわの和え物 牛乳 たらのあんかけ ちくわ	あか 赤の食品 しきひん 「たら」	牛乳 ちくわ	たら とうふ	キヤベツ にんじん えのきだけ	ブロッコリー たまねぎ ピーマン	米 ふ	むぎ 油 でんぶん	636
16 (月)	うめ 梅じゃこごはん おひたし 牛乳 根菜汁 ぶたにく 豚肉のみそ焼き	せいちょうき 成長期の栄養 えいよう 「カルシウム」	牛乳 ひじき みそ	ぶた肉 ちりめん	ほうれんそう キヤベツ もやし ねぎ れんこん	ねぎ にんじん うめ だいこん	米 さとう さといも	むぎ ごま ゼリー	646
17 (火)	きゅうきゅう 救給カレー 味付け小魚 牛乳 バナナ ぼうさい 防災ホットフ	さいがい 災害時の じょくじ 食事	牛乳 ツナ にぼし	大豆	たまねぎ キヤベツ とうもろこし しめじ	にんじん パセリ バナナ	米 じやがいも さつまいも	むぎ マカロニ	609
18 (水)	むぎ 麦ごはん ポテトサラダ 牛乳 なんばん チキン南蛮 豚汁	きゅうしょく ランキング給食 ふうか 「富家小」	牛乳 ぶた肉	とり肉 みそ	にんじん とうもろこし ごぼう	たまねぎ だいこん ねぎ	米 さとう 油	むぎ こむぎ じやがいも こんにゃく さつまいも マヨネーズ	824
19 (木)	ピラフ ミートボールと野菜のトマト煮 牛乳 かぼちゃチーズフライ	しょくじ 食事と感謝	牛乳 とり肉 チーズ	ぶた肉 ベーコン	たまねぎ キヤベツ かぼちゃ グリンピース	にんじん マッシュルーム トマト	米 さとう	むぎ パン	671
20 (金)	むぎ 麦ごはん 茎わかめの炒め煮 牛乳 さけのパン粉焼き いた に しらたまだんご しる 白玉団子汁	しょくじ 食事のマナー さんかく 「三角食べ」	牛乳 ぶたにく	さけ くきわかめ あぶらあげ	にんじん こまつな えのきだけ	れんこん えだまめ だいこん パセリ	米 こんにゃく パン 油	むぎ マヨネーズ さとう だんご	660
24 (火)	コッペパン 根菜とひじきのにんにくソテー	「マリネ」の いみ 意味	牛乳 ベーコン ひじき	とり肉	たまねぎ とうもろこし ごぼう れんこん	にんじん いんげん はくさい セロリ ピーマン レモン	コッペパン じやがいも 油	むぎ さとう	642
25 (水)	たかな 高菜チャーハン ちゅうか 中華スープ 牛乳 はるま 春巻き	りょうり 料理の名前 なまえ 「春巻き」	牛乳	ぶた肉	たかな たまねぎ はくさい きくらげ	にんじん チンゲンサイ もやし にら	米 ごま油	むぎ こむぎ	661
26 (木)	わふう 和風カレーうどん ごま酢和え 牛乳 ヨーグルト	た もの 食べ物の役割 あか しょくひん 「赤の食品」	牛乳 あぶらあげ かまぼこ ヨーグルト	ぶた肉	たまねぎ しめじ きゅうり キャベツ	にんじん ねぎ ブロッコリー	うどん ごま コムギ	むぎ さとう	840
27 (金)	むぎ 麦ごはん こまつな 小松菜のマヨネーズ和え 牛乳 あ 鶏肉のつくね煮 じる みそ汁	みどり 緑の食品 しきひん 「小松菜」	牛乳 みそ	とり肉	にんじん こまつな えのきだけ ねぎ	もやし キャベツ たまねぎ	米 マヨネーズ じやがいも	むぎ	634
									748

※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。