

2月 こんだてよていひょう

令和8年2月2日

富山県立高岡聴覚総合支援学校

		こ ん だ て		お も な 使 用 食 品							エネルギー	
日	曜	主 食	のみのもの	お か ず	きいろ おもにエネルギーになる		あか おもに体を作る		みどり おもに体の調子をととのえる		上：小学部	
					炭水化物	脂質	たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンCなど	下：中等部	
給食週間 テーマ「船で世界一周グルメツアー」												
2	月	イタリア ポロネーゼ	牛乳	白身魚のレモンバターソース	スパゲッティ	あぶら	ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	にんにく しょうが	656	
				イタリアンサラダ	さとう マフィン	バター	ぶたにく だいず	チーズ	ブロッコリー	たまねぎ レモン	853	
				かぼちゃのマフィン パンナコッタ	パンナコッタ		たら		パプリカ	キャベツ コーン	Kcal	
3	火	韓国 セルフキンパ	牛乳	韓国風焼肉	ごはん さとう	あぶら	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にら にんじん	しょうが にんにく ねぎ	647	
				ナムル			とうふ みそ	のり	ほうれんそう	たまねぎ もやし えのき	841	
				キムチチゲ 福豆			だいず			はくさい ほししいたけ	Kcal	
4	水	カナダ 食パン (メープルシロップ)	牛乳	プーティン	しゃくパン	さとう	ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	アスパラ キャベツ	590	
				アスパラのごまドレサラダ	じゃがいも こめこ	ごま		バター	ブロッコリー	コーン たまねぎ	767	
				サーモンチャウダー	メープルシロップ	あぶら		チーズ		しめじ	Kcal	
5	木	南アフリカ とうもろこしごはん	牛乳	ペリペリチキン	ごはん	バター	ベーコン とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ コーン しょうが	593	
				ひよこ豆のサラダ	さとう	あぶら	ひよこめめ		にんにく レモン えだまめ	771		
				ポーアウオースのスープ			ウインナー		キャベツ きゅうり セロリ はくさい	Kcal		
6	金	日本 牛丼	牛乳	昆布和え	ごはん さとう	あぶら	ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	ごまつな	しょうが たまねぎ しらたき	621	
				みそけんちゃん汁	じゃがいも		みそ	こんぶ	にんじん	ほししいたけ もやし キャベツ	807	
									だいこん しめじ ねぎ	Kcal		
9	月	ごはん	牛乳	豚肉のしょうが炒め	ごはん	あぶら	ぶたにく	ぎゅうにゅう	さやいんげん	しょうが たまねぎ	556	
				きりぼしだいこん 切干大根のツナ和え	さとう		ツナ みそ	わかめ	ごまつな	きりぼしだいこん もやし	723	
				はくさい 白菜のみそ汁	じゃがいも				にんじん	はくさい えのき	Kcal	
10	火	ごはん	牛乳	卵のベーコン巻き	ごはん さとう	ごま	たまご ベーコン	ぎゅうにゅう		きりぼしだいこん もやし	544	
				ごま和え	ふ		とうふ	わかめ		きゅうり キャベツ	707	
				豆腐のすまし汁					えのき たまねぎ ねぎ	Kcal		
12	木	ごはん	牛乳	さばのカレー焼き	ごはん	あぶら	さば みそ	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが キャベツ	592	
				アーモンドサラダ	じゃがいも	アーモンド	とうにゅう		きゅうり コーン	770		
				とうにゅう 豆乳みそ汁					だいこん こんにゃく	Kcal		
13	金	バレンタイン献立 チキンライス	牛乳	チキンナゲット	ごはん マカロニ	あぶら	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	コーン キャベツ	632	
				マカロニサラダ	じゃがいも	バター			グリーンピース	きゅうり はくさい	822	
				野菜スープ チョコプリン	チョコプリン				たまねぎ しめじ	Kcal		
16	月	ごはん	牛乳	きびなごのカリカリフライ	ごはん さとう	あぶら	きびなご	ぎゅうにゅう	にんじん	しらたき もやし	655	
				しらたきのつるつる炒め	かたくりこ		ベーコン		ごまつな	こんにゃく だいこん	852	
				たぬき汁			さつまあげ		えのき ねぎ しょうが	Kcal		
17	火	ごはん	牛乳	逆さしゅうまい	ごはん かたくりこ	あぶら	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	しょうが たまねぎ	588	
				春雨サラダ	しゅうまいのかわ さとう	ごま	とうふ なんと	わかめ	ちんげんさい	もやし ほししいたけ	764	
				ワンタンスープ 青りんごゼリー	はるさめ ワンタン ゼリー				にら		Kcal	
18	水	食パン (チョコクリーム)	牛乳	肉団子のケチャップがらめ	しゃくパン	あぶら	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ しめじ	507	
				ブロッコリーサラダ	さとう じゃがいも		ベーコン		さやいんげん	キャベツ コーン	659	
				野菜たっぷりカレースープ	チョコクリーム				ブロッコリー		Kcal	
19	木	しゃくいくの日献立 ごはん	牛乳	鯖の西京焼き	ごはん さとう	あぶら	さけ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん	きりぼしだいこん キャベツ	589	
				きりぼしだいこん 切干大根とわかめの和え物	じゃがいも		とうふ あぶらあげ	わかめ	もやし ねぎ	766		
				すがた か 姿を変えた大豆のみそ汁			とうにゅう みそ			Kcal		
20	金	ソフト麺の肉みそ	牛乳	鶏肉のマスタード焼き	ソフトめん	あぶら	ぶたにく みそ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ ほししいたけ	628	
				コーンサラダ	さとう かたくりこ		とりにく		しょうが ねぎ	816		
									キャベツ だいこん コーン	Kcal		
24	火	ごはん	牛乳	ししゃもフライ	ごはん	あぶら	ししゃも	ぎゅうにゅう	ピーマン	きりぼしだいこん	689	
				切り干しナポリタン	はるさめ		ベーコン		にんじん	もやし ごぼう だいこん	896	
				沢煮焼			ぶたにく		きぬさや	えのき	Kcal	
25	水	食パン	牛乳	ミートグラタン	しゃくパン	あぶら	ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	にんじん	にんにく たまねぎ	545	
				カレーもやし	マカロニ		ぶたにく ベーコン	チーズ	トマト	エリンギ もやし	709	
				コンソメスープ	じゃがいも				ごまつな	しめじ	Kcal	
26	木	ごはん	牛乳	鶏肉の黒酢炒め	ごはん さとう	あぶら	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ たけのこ ねぎ	587	
				こんにゃくとわかめのサラダ	かたくりこ	ごま	たまご	わかめ	ピーマン	ほししいたけ キャベツ パイン	763	
				中華鍋コーンスープ スライスパン					こんにゃく コーン もやし	Kcal		
27	金	ごはん	牛乳	松風焼き	ごはん さとう	あぶら	とりにく とうふ	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ ほししいたけ	621	
				小松菜とえのきのおひたし	かたくりこ	ごま	みそ あぶらあげ	わかめ	ごまつな	えのき もやし ねぎ	807	
				じゃがいものみそ汁	じゃがいも		ふ				Kcal	

※都合により献立の一部を変更することがあります。