



令和4年度 2・3月 学校給食献立表



愛知県立古知野高等学校

月	日	曜	献立名	主な材料とその働き					
				赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
				1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑 体の調子を整える 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実
2	1	水	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
			★和風ハンバーグ	ハンバーグ		人参 きぬさや	玉葱 しめじ えのき 干しいたけ	砂糖 澱粉	
			れんこんのマヨ和え	かつお節		いんげん	れんこん コーン		マヨネーズ ごま 青じそレッシング
			味噌汁	厚揚げ 味噌	わかめ	かぼちゃ	玉葱		
	2	木	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
			鶏肉とカリフラワーの中華風炒め	鶏肉		ブロッコリー 人参	カリフラワー しめじ にんにく	澱粉	ごま油
			切干大根のサラダ			人参	切干大根 れんこん ごぼう		ごま 中華ドレッシング
	7	火	牛乳 ゆかりご飯		牛乳			ご飯	
			煮味噌	鶏肉 油揚げ 味噌		人参	大根 ごぼう 根深葱 こんにゃく	里芋 砂糖	
	10	金	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
			鶏肉の唐揚げ甘酢あん	鶏肉			生姜 にんにく 玉葱 干しいたけ	小麦粉 澱粉 砂糖	油
			★アカモクつみれのスープ	アカモク入りつみれ		小松菜 人参 葱	大豆もやし 切干大根 たけのこ きくらげ		
	13	月	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
			★鯖の銀紙焼き	鯖の銀紙焼き					
			かぶとひき肉の煮物	厚揚げ 鶏肉 味噌		かぶ葉 人参	かぶ こんにゃく 生姜	砂糖	
			すまし汁	かまぼこ	わかめ		えのき		
	14	火	牛乳		牛乳				
			★オムハヤシライス	豚肉 オムライスシート		人参	玉葱 しめじ	ご飯 じゃが芋	油 デミソース ハヤシルウ
			★パンプキンハートコロケ			パンプキンハートコロケ			油
			★パレンティンデザート	ウインナー		ブロッコリー	玉葱		チョコレート
	15	水	牛乳		牛乳				
			豚肉の生姜焼き丼	豚肉		人参	玉葱 生姜	ご飯	ごま油
	16	木	牛乳		牛乳				
			牛そぼろ混ぜご飯	牛肉	海苔	葱	ごぼう 生姜	ご飯	
ミックスビーンズのカレースープ			ミックスビーンズ 大豆 ベーコン		人参 かぼちゃ トマト	玉葱 コーン マッシュルーム		油	
★アシドミルク				アシドミルク					
17	金	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯		
		白菜のスープ煮	豚肉		小松菜 人参 葱	白菜 干しいたけ 生姜	春雨	ごま油	
		★肉団子の甘辛煮	ミートボール		いんげん	たけのこ 生姜	砂糖	油	
		大学芋					さつまいも 砂糖	油 ごま	
20	月	牛乳		牛乳					
		カレーライス	豚肉		人参	玉葱 にんにく	ご飯 じゃが芋	カレールウ 油	
24	金	牛乳		牛乳			ご飯		
		★いかとあじのレモンソース	いかフライ あじフリッター			レモン		油	
		野菜の卵炒め	卵		人参 小松菜	玉葱 たけのこ キャベツ きくらげ		油	
		味噌汁	油揚げ 味噌		葱	切干大根	焼き麩		
27	月	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯		
		四川風厚揚げのそぼろ煮	厚揚げ 豚肉 味噌		人参 青梗菜	たけのこ 干しいたけ 生姜	砂糖	油	
		もやしのナムル	竹輪		ブロッコリー	大豆もやし 生姜 にんにく		ごま油 ごま	
28	火	牛乳		牛乳					
		豚肉のくわ焼き	豚肉			根深葱	砂糖	ごま油	
3	1	水	牛乳 ご飯		牛乳			ご飯	
			★鶏つくね団子	鶏つくね団子				砂糖	
			豚汁	豚肉 豆腐 味噌		人参 葱	玉葱 こんにゃく ごぼう		
			キウイフルーツ				キウイフルーツ		
	2	木	牛乳		牛乳				
			中華風牛肉ご飯	牛肉		人参 葱	たけのこ しめじ	ご飯	ごま油
			ほうれん草ともやしの和え物			ほうれん草 人参	もやし		中華ドレッシング
			かきたまスープ	卵 ベーコン	わかめ		玉葱	澱粉	
	3	金	牛乳		牛乳			ご飯	
			★チーズハンバーグのトマトソースがけ	ハンバーグ	チーズ	トマト	玉葱 マッシュルーム コーン		油
			ポトフ	鶏肉 大豆		ブロッコリー 人参	キャベツ しめじ		
			いちご				いちご	練乳	ホイップクリーム
	17	金	牛乳		牛乳				
			ビーフカレー	牛肉		人参	玉葱 にんにく 生姜	ご飯	油 カレールウ
			じゃがいもとブロッコリーのサラダ			ブロッコリー	コーン レモン	じゃが芋	オリーブ油
	20	月	牛乳		牛乳				
			ハヤシライス	豚肉		人参	玉葱 マッシュルーム	ご飯 じゃが芋	ハヤシルウ 油 バター
			★クリームコロケ	クリームコロケ					油
			★杏仁豆腐				みかん パイン 黄桃	杏仁豆腐 メロンゼリー	

・都合により献立を変更することがあります。
 ・献立名に★が付いている献立には加工品を使用しています。
 ・各料理の調味料やだし等については記載されていません。