

令和8年 2月のきゅうしょくこんだて

Aブロック



高山市学校給食センター

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2 エネルギー(kcal) 小 670 中 897 塩分(g) 小 2.0 中 2.5	3 エネルギー(kcal) 小 572 中 725 塩分(g) 小 2.5 中 3.2	4 エネルギー(kcal) 小 580 中 753 塩分(g) 小 1.3 中 1.6	5 エネルギー(kcal) 小 602 中 766 塩分(g) 小 2.9 中 3.6	6 エネルギー(kcal) 小 604 中 768 塩分(g) 小 2.0 中 2.4
9 エネルギー(kcal) 小 617 中 757 塩分(g) 小 2.3 中 2.8	10 エネルギー(kcal) 小 619 中 770 塩分(g) 小 2.6 中 3.4	11 建国記念の日	12 エネルギー(kcal) 小 573 中 742 塩分(g) 小 1.9 中 2.4	13 エネルギー(kcal) 小 572 中 720 塩分(g) 小 1.7 中 2.1
16 エネルギー(kcal) 小 674 中 815 塩分(g) 小 2.6 中 3.0	17 エネルギー(kcal) 小 697 中 887 塩分(g) 小 2.5 中 3.3	18 エネルギー(kcal) 小 601 中 792 塩分(g) 小 1.9 中 2.5	19 エネルギー(kcal) 小 618 中 859 塩分(g) 小 1.8 中 2.3	20 エネルギー(kcal) 小 569 中 734 塩分(g) 小 2.1 中 2.7
23 天皇誕生日	24 エネルギー(kcal) 小 647 中 839 塩分(g) 小 2.6 中 3.5	25 エネルギー(kcal) 小 671 中 864 塩分(g) 小 2.1 中 2.6	26 エネルギー(kcal) 小 689 中 885 塩分(g) 小 1.9 中 2.3	27 エネルギー(kcal) 小 660 中 823 塩分(g) 小 1.9 中 2.3

※高山市では、給食の食材にかかる費用の1/3を市が助成しています。
 ※学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループの一部助成を受けています。
 ※牛乳は毎日つきます。農林水産省の一部助成を受けています。
 ※食材の購入等により献立が変更になることがあります。
 ※学校給食の栄養量の基準

エネルギー：小学校650kcal 中学校830kcal
 塩分：小学校2.0g 中学校2.5g

業者配送

思い出給食

思い出給食は、卒業生がリクエストした、もう一度食べたいお気に入りの給食です。思い出給食には、「♡」マークがついています。

2月 旬の食材

ブロッコリー
 キャベツ ねぎ 小松菜 白菜
 さば みかん など
 給食にも登場します。

節分は、もともと立春・立夏・立秋・立冬の前日のことで、「季節を分ける」節目となる日です。現在では、特に立春の前日のことをさし、春を迎える大切な節目の行事になっています。

*** 節分クイズ ***

Q1. 節分の日に食べる魚は？

①いわし ②あじ ③さば



Q2. 豆をまくときにいう言葉は何でしょう？

①鬼は内！福は外！ ②おやつちょうだい！
 ③鬼は外！福は内！



～こたえ～

Q1. ①いわし

鬼は、いわしの臭いを嫌うとされています。節分には、いわしを食べたり、ヒイラギの枝に焼いたいわしの頭を刺した「ヒイラギワシ」を家の玄関につるし、鬼を追い払います。

Q2. ③鬼は外！福は内！

邪気や災いを外に追い払って、幸運を内に呼び込むという意味があります。自分の年の数（または年の数+1粒）だけ食べて、1年の健康や無事を祈ります。