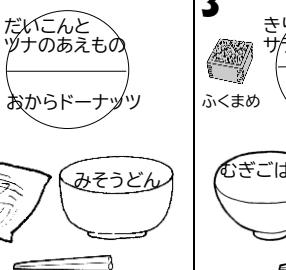
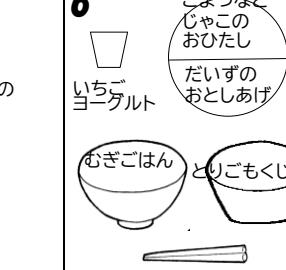
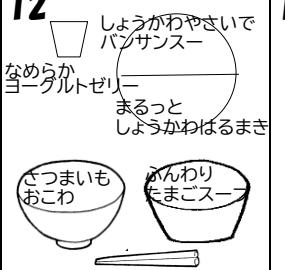
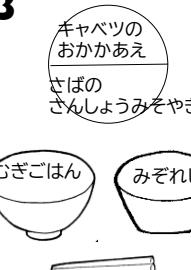
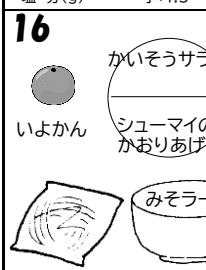
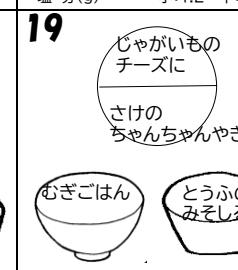
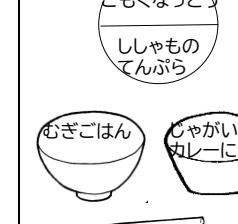
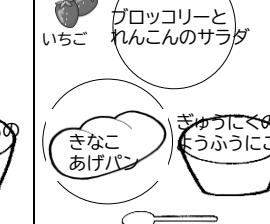
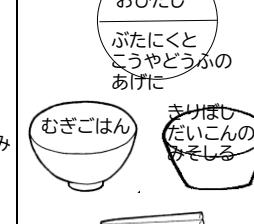
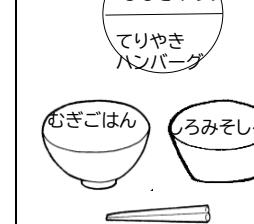


令和8年

2月 こんだてひょう

高山市学校給食センター

月	火	水	木	金
2 だいこんと ツナのあえもの おかからドーナツ  エネルギー(kcal) 小:579 中:733 塩分(g) 小:1.9 中:2.4	3 きりほしだいこんの サラダ ふくまめ いわしの しょうがに みそうどん むぎごはん ぶたじる  エネルギー(kcal) 小:613 中:777 塩分(g) 小:1.6 中:1.9	4 カレーフラワーの カレーサラダ いよかん パークチャップ くろパン アルファベット ぎゅうどん  エネルギー(kcal) 小:581 中:729 塩分(g) 小:2.4 中:3.1	5 やさいのかおりあえ きんときまめの あまに ぎゅうどん  エネルギー(kcal) 小:595 中:768 塩分(g) 小:2.0 中:2.5	6 こまつなと じやこの おひたし いちご ヨーグルト むぎごはん とりごもくじる  エネルギー(kcal) 中:780 塩分(g) 中:2.4 1~6年なし
9 シャキシャキ サラダ わかさぎの フリッター  エネルギー(kcal) 小:664 中:865 塩分(g) 小:1.5 中:1.9	10 あつあけの サラダ とりにくの かおりやき むぎごはん たけの へんしんじる  エネルギー(kcal) 小:634 中:802 塩分(g) 小:1.8 中:2.3	11  建国記念の日 	12 しょうかわやさいで パンサンスー なめらか ヨーヨーグルトゼリー まるっと しようかわばるまき さつまいも おこわ ふんわり たまごスースー  エネルギー(kcal) 小:612 中:729 塩分(g) 小:1.2 中:1.4	13 キャベツの おかあえ さばの さんしょうみそやき むぎごはん みぞれじる  エネルギー(kcal) 小:670 中:849 塩分(g) 小:2.1 中:2.6
16 かいそうサラダ いよかん シューまいの かおりあげ  エネルギー(kcal) 小:610 中:749 塩分(g) 小:2.6 中:3.3	17 ごもくきんぴら むぎごはん じやがいもの みそしる  エネルギー(kcal) 小:578 中:756 塩分(g) 小:1.9 中:2.5	18 ごしょくサラダ とりにくの レモンに くめこいりパン ミネストロー  エネルギー(kcal) 小:612 中:772 塩分(g) 小:2.7 中:3.5	19 じやがいもの チーズに さけの ちゃんちゃんやき むぎごはん とうふの みそしる  エネルギー(kcal) 小:591 中:758 塩分(g) 小:1.8 中:2.3	20 ほうれんそつの ナムル にくだんごの あまずあんかけ キムタクごはん わかめスープ  エネルギー(kcal) 小:613 中:761 塩分(g) 小:2.2 中:2.8
23  天皇誕生日  エネルギー(kcal) 小:672 中:887 塩分(g) 小:1.5 中:1.9	24 ごもくなっとう ししゃもの てんぶら むぎごはん じやがいもの カレーに  エネルギー(kcal) 小:625 中:786 塩分(g) 小:2.4 中:3.1	25 ブロッコリーと いちご れんこんのサラダ きなこ あげパン きゅうにぐめ ようふうにこみ  エネルギー(kcal) 小:581 中:752 塩分(g) 小:1.5 中:1.9	26 ほうれんそとの おひたし ぶたにくと こうやどうふの あげに むぎごはん きりぼし だいこんの みそしる  エネルギー(kcal) 小:559 中:724 塩分(g) 小:2.0 中:2.5	27 けんこう ひじきサラダ てりやき ハンバーグ むぎごはん しろみそしる 

*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: 前期 650kcal 後期 830kcal
塩分: 前期 2.0g 後期 2.5g

2月3日 節分

1年の幸福を願う「節分」の行事



立春の前に当たる節分には、古くから、豆まきをしたり、ヒイラギイワシ(イカガシ)を玄関に飾ったりして、病気や災難を

起こす“鬼(邪氣)”を追い払い、1年の無事や幸福を願う風習があります。最近では、「恵方巻き」が店頭をにぎわすようになりますが、もともと全国的な風習ではなく、江戸時代に大阪の商人が商売繁盛祈願のために

行っていた風習が始まりとされています。(※諸説あります)



大豆をいったもの。豆まきに使うほか、自分の年齢の数、または年齢の数+1個食べて、1年の幸福を願います。大豆の代わりに落花生を使う地域もあります。

2026年の
恵方は
「南南東」

恵方巻き

太巻きずし。その年の歳神様がいるところを「恵方」を向き、願い事を思い浮かべながら、無言で丸かじりします。

