



22	食パン/メープルジャム			パン/メープルジャム		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			632	742
	ボークビーンズ	ぶたにく・だいず・こなチーズ	にんにく・たまねぎ・にんじん・マッシュルーム グリーンピース・トマト	あぶら・じゃがいも・ルウ・さとう	15	15
	カップグラタン	とうにゅう・おから・だいず	たまねぎ・にんじん・とうもろこし ほうれんそう	じゃがいも・こめこ・みずあめ・さとう でんぷん・あぶら	37	35
水	海藻サラダ	わかめ・こんぶ・とさかのり まぶのり・くわわかめ	キャベツ・とうもろこし	ドレッシング	2.5	2.9

ごてんぼごめこの日

23	ごはん			ごめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			578	756
	さばじゃがコロッケ	さば・みそ		あぶら・じゃがいも・さとう・パンこ こむぎこ・でんぷん	15	14
	ひじきの炒め煮	ひじき・あぶらあげ	にんじん・こんにゃく・えだまめ	あぶら・さとう	29	26
	春野菜の豚汁	ぶたにく・とうふ・みそ	にんじん・たまねぎ・キャベツ・ねぶかねぎ	あぶら	2.2	2.7

24	りんごチップ入りロールパン		りんご	パン		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			596	759
	かぼちゃオムレツ	たまご	かぼちゃ	さとう・でんぷん・あぶら	18	17
	キャベツのソテー	ベーコン	キャベツ・とうもろこし・あかピーマン	オリーブゆ	32	29
マカロニのカレークリーム煮	とりにく・ぎゅうにゅう・なまクリーム だっしゅんにゅう	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム グリーンピース	あぶら・マカロニ・ルウ	2.0	2.6	

27	ごはん			ごめ		
	ビビンバの具 (玉子入り肉炒め)	ぶたにく・たまご・みそ		あぶら・でんぷん・さとう	577	740
	ビビンバの具 (ナムル)		もやし・にんじん・ほうれんそう	ドレッシング	17	16
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			32	28
春雨スープ	とりにく	たまねぎ・にんじん・たけのこ・ねぶかねぎ	あぶら・はるさめ	2.0	2.5	

28	ソフトめん			ソフトめん		
	ミートソース	ぶたにく・だいず・こなチーズ	しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん マッシュルーム・トマト・パセリ	あぶら・ルウ	609	740
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			17	17
	きびなごフライ	きびなご		あぶら・パンこ・でんぷん	30	28
	コーンサラダ		キャベツ・きゅうり・とうもろこし	ドレッシング	2.7	3.1

昭和(しょうわ)の日

八十八夜(はちじゅうはちや)こんだて

30	ごはん			ごめ		
	手作りお茶ふりかけ	ちりめんじゃこ・かつおぶし	せんちゃ・あおな	ごま・さとう	611	795
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			19	18
	黒はんぺんお茶フライ	さば・いわし・たら	せんちゃ	あぶら・でんぷん・さとう・パンこ こむぎこ	28	25
	親子煮	とりにく・なると・こやどうふ たまご	たまねぎ・にんじん・たけのこ・グリーンピース	あぶら・じゃがいも・さとう	2.0	2.5

※都合により、献立内容を変更させていただく場合があります。  
 ※上記の食品以外にも使用する場合があります。アレルギー食材の確認など詳細につきましては、  
 高根学校給食センターにお問い合わせください。  
 ※給食のみそは、ふるさと工房で作られた手作りみそを一部使用する予定です。  
 ※魚には骨があります。よく噛んで食べましょう。



基準量	エネルギー(kcal)	650	830
	たんぱく質(%)	13~20	13~20
	しぼう(%)	20~30	20~30
	食塩(g)	2.0	2.5

3月に実施!  
高根学校給食センターで!



御殿場市給食マスコット  
たっぴー

高根学校給食センターでは、高根小学校・上小林分校・高根中学校の計3校の給食を担当しています。  
 今年度も職員一同力をあわせ、安全でおいしい給食づくりを心がけていきます。

きゅうりしよく  
ことしもおたのしみに



高根学校給食センターでは、所長1人、栄養士1人、調理員8人の計10人で給食を作っているよ!

ちょうりいんさんのしごと

▽みんなのきゅうりしよくをつくる▽

▽きゅうりしよくをはこぶ▽

▽あとかたづけをする▽