



2022年



給食献立表



北海道北見北斗高等学校校定時制

※牛乳は、毎回つきます※

月	火	水	木	金
	1 863Kcal (40.6g) ルーロー飯 豆腐スープ 青りんごゼリー 	2 791Kcal (48.5g) 若鶏チーズ焼き ご飯 すまし汁 根菜の煮物 	3 726Kcal (38.2g) ソース焼そば サキサキチーズ 	4 807Kcal (36.6g) 親子丼 豆腐の味噌汁 
7 844Kcal (35.0g) ロコモコ丼 わかめスープ 	8 855Kcal (36.3g) クリームシチュー ご飯 厚揚げとキャベツの炒め物 	9 861Kcal (36.3g) 豚丼 豆腐とわかめの味噌汁 お浸し 	10 1010Kcal (41.2g) 坦々麺 フルーツミックスゼリー 	11 建国記念の日 
14 913Kcal (45.1g) 若鶏唐揚げ ご飯 小松菜の味噌汁 白菜ナムル 	15 864Kcal (38.6g) 舞茸ご飯 玉ねぎの味噌汁 厚焼き卵 キャベツのごま和え 	16 893Kcal (39.6g) 鰯の塩こうじ焼き ご飯 さつま汁 切干大根炒め 	17 881Kcal (38.0g) 肉うどん 卵とおかかのおにぎり 白菜と人参の和風サラダ 	18 829Kcal (37.8g) 中華丼 春雨スープ 焼売 
21 1022Kcal (33.5g) ポークカレー コールスローサラダ 	22 897Kcal (33.5g) 鱈フライ ご飯 白菜の味噌汁 ブロッコリーのおかか和え 	23 天皇誕生日 	24 864Kcal (39.3g) ボロネーゼパスタ 卵コンソメスープ 果物(りんご1/4) 	25 918Kcal (31.8g) ポトフ ご飯 かぼちゃコロッケ キャロットラペ 
28 898Kcal (32.0g) ハヤシライス 果物(みかん) 	恵方巻きは・・・  江戸時代から明治時代にかけての大阪の花街で節分をお祝いしたり、商売繁盛を祈ったりしたのに始まったといわれています。花街で商人や、芸子たちが節分に芸遊びをしながら商売繁盛を祈り、食べたようです。名前も恵方巻きという名前ではなく、「丸かぶり寿司」や「太巻き寿司」と呼ばれることが多かったようです。また、節分には恵方に向けて太巻きを食べる習慣が一般的となっていますが、この恵方が2022年は「北北西」となっています。 			