

令和6年3月分
3/1金 ~ 3/21木

学校給食献立表

★は茶わんの日、◆は新献立のある日です

実施日	献立名	食品名	実施日	献立名	食品名
3/1金 はし	ちらしずし 牛乳 赤だし がんもどきの煮物 ひなあられ	【米、だしこんぶ、(水)、酢、砂糖、塩、たまご、サラダ油、ちくわ、にんじん、れんこん、干しいたけ、三温糖、しょうゆ濃、けずりぶし、(水)、きざみのり】 【とうふ、うすあげ、えのきたけ、みつば、干しわかめ、みそ、赤だしみそ、けずりぶし、(水)】 【がんもどき、三温糖、しょうゆ濃、けずりぶし、(水)】 【ひなあられ】	3/12火	あげパン 牛乳 ポークビーンズ フレンチサラダ	【コッペパン、油、グラニュー糖】 【ぶた肉、だいたい、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、とりがらスープ、トマトピューレ、チリソース、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、塩、こしょう、でんぶん、(水)】 【キャベツ、きゅうり、にんじん、セロリー、酢、サラダ油、砂糖、しょうゆ濃、塩、こしょう】
3/4月 ★ はし	ごはん 牛乳 けんちゃ おひたし	【米】 【とり肉、とうふ、だいこん、さといも、にんじん、ごぼう、れんこん、油、しょうゆ濃、しょうゆ濃、三温糖、みりん、けずりぶし、(水)】 【はくさい、チンゲンサイ、しょうゆ濃、みりん、けずりぶし、(水)】	3/13水 ★ はし	ごはん 牛乳 豚肉と厚揚げの炒め煮 焼きしゃも	【米】 【ぶた肉、あつあげ、はくさい、こまつな、にんじん、油、しょうゆ濃、三温糖、みりん】 【しゃも、油】
3/5火 はし	ミニパン 牛乳 カレーうどん ブロッコリーのマヨネーズ あえ	【ミニパン】 【うどん、ぶた肉、うすあげ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、油、カレールウ、しょうゆ濃、純カレー粉、けずりぶし、(水)】 【ブロッコリー、はなかつお、マヨネーズ、しょうゆ濃】	3/14木 ★ はし	赤飯 牛乳 すまし汁 トンカツ ポイルキャベツ ※みかんゼリー または ※お祝いわがし	【米、もち米、あずき、塩、(水)】 【かまぼこ、はくさい、えのきたけ、にんじん、みつば、ふ、しょうゆ濃、みりん、塩、けずりぶし、(水)】 【ぶた肉、塩、こしょう、小麦粉、(水)、パン粉、油、白ごま、とんかつソース、ケチャップ】 【キャベツ】 【ゼリー または 【お祝いわがし】
3/6水 ★ はし	たきこみごはん 牛乳 すまし汁 じゃが芋のひじき煮	【米、とり肉、つきこんにゃく、にんじん、ごぼう、干しいたけ、油、しょうゆ濃、しょうゆ濃、みりん、酒、塩、(水)】 【とり肉、とうふ、はくさい、えのきたけ、にんじん、ねぎ、ふ、しょうゆ濃、みりん、塩、けずりぶし、(水)】 【ぶた肉、めひじき、ちくわ、じゃがいも、にんじん、油、しょうゆ濃、砂糖、みりん、けずりぶし、(水)】	3/15金	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 おひたし ◆小学校のみ提供します	【米】 【ぶたひき肉、とうふ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、土しょうが、油、ポーンストック、赤だしみそ、しょうゆ濃、三温糖、酒、とうがらし、ごま油、でんぶん、(水)】 【ほうれんそう、はくさい、しょうゆ濃、みりん、けずりぶし、(水)】
3/7木	コッペパン 牛乳 クリームシチュー ミンチカツ	【コッペパン】 【とり肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、コーン、牛乳、粉チーズ、油、マーガリン、小麦粉、とりがらスープ、塩、こしょう、ベイリーフ、(水)】 【ミンチカツ、油】	3/18月	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 おひたし ◆さつき学園のみ提供します	【米】 【ぶたひき肉、とうふ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、土しょうが、油、ポーンストック、赤だしみそ、しょうゆ濃、三温糖、酒、とうがらし、ごま油、でんぶん、(水)】 【ほうれんそう、はくさい、しょうゆ濃、みりん、けずりぶし、(水)】
3/8金 ★ はし ◆	ごはん 牛乳 みそおでん さばのうめ煮	【米】 【ぶた肉、あつあげ、ささがきてんぷら、こんにゃく、じゃがいも、だいこん、にんじん、さやいんげん、みそ、三温糖、しょうゆ濃、けずりぶし、(水)】 【さば、きざみ梅、土しょうが、三温糖、しょうゆ濃、みりん、酒、(水)】	3/19火 ★ はし	ゆかりご飯 牛乳 かぶと鶏団子のスープ あげしゅうまい	【米、ゆかり粉】 【とりひき肉、土しょうが、ねぎ、しょうゆ濃、酒、塩、こしょう、でんぶん、かぶ、にんじん、干しいたけ、土しょうが、ポーンストック、しょうゆ濃、塩、(水)】 【しゅうまい、油】
3/11月 ★ はし	わかめごはん 牛乳 焼豚スープ チヂミ	【米、干しわかめ、塩、白ごま、(水)】 【やきぶた、はるさめ、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、ポーンストック、とりがらスープ、しょうゆ濃、塩、こしょう、(水)】 【いか、はくさいキムチ、ニラ、小麦粉、ながいも、とりがらスープ、塩、(水)、ごま油、しょうゆ濃、酢、ごま油】	3/21木 はし	ミニバターパン 牛乳 春野菜のスパゲティ 白菜とひじきのサラダ	【ミニバターパン】 【スパゲティ、ベーコン、キャベツ、たまねぎ、なのはな、にんじん、にんにく、油、白ごま油、塩、こしょう、しょうゆ濃】 【はくさい、きゅうり、にんじん、はなかつお、めひじき、サラダ油、しょうゆ濃、酢、塩】

- あげパン以外のパンは、個包装にされたものが提供されます。持ち帰りは出来ません。
- 毎月の給食だよりや献立表は、教育委員会のホームページからご覧いただけます。
- 魚には骨がありますので、気を付けてよくかんで食べましょう。
- 都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承をお願いします。

◆3月1日は「ちらしずし・赤だし・がんもどきの煮物・ひなあられ」のひなまつり献立です。



児童1人1回あたり
平均栄養量

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩 g
学年 1・2年	507	21.4	19.1	311	77	1.8	2.5	191	0.39	0.5	20	3.7	1.9
学年 3・4年	582	24.3	21	330	89	2.2	2.8	218	0.46	0.54	25	4.6	2.3
学年 5・6年	658	27.3	23.1	352	101	2.6	3.2	246	0.53	0.58	29	5.5	2.7