



令和6年3月 学校給食予定献立表（太子東中学校）

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ★:防災献立 ◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (ぎ)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
1	金	行事食【桃の節句】 ご飯 牛乳 お花の豆腐バーグ 菜の花和え ひなまつりそうめん汁 三色花ゼリー	ごはん さとう でんぷん あぶら そうめん	ぎゅうにゅう とうふ とりにく おから ツナ ちくわ かまぼこ とうにゅう	はくさい なのはな コーン にんじん だいこん たまねぎ ほうれんそう にんにく しょうが もも りんご	778 23.2
4	月	ご飯 牛乳 ブルコギ 青のりポテトビーンズ 大根と卵のみそ汁	ごはん さとう ごま ごまあぶら じゃがいも でんぷん あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにく だいず あおのり たまご あぶらあげ みそ	たまねぎ なら あかパプリカ しょうが にんにく だいこん はくさい にんじん ねぎ えのきたけ	805 27.9
5	火	ご飯 牛乳 【1・2年】鶏肉のマスタード焼き 【3年】ステーキ お祝いケーキ ◆たことわかめのサラダ ポトフ	ごはん 1・2年マヨネーズ あぶら じゃがいも (3年さとう こめこ)	ぎゅうにゅう たこ わかめ ウィナー 1・2年とりにく (3年ぎゅうにく とうにゅう)	きゅうり レタス たまねぎ にんじん キャベツ チンゲンサイ ブロッコリー (3年りんご にんにく いちご)	808 33.3
6	水	ご飯 牛乳 竹輪のごま揚げ(3個) ◆大根のじゃこ和え すき焼き風煮	ごはん こむぎこ ごま あぶら ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう ちくわ しらすぼし ぎゅうにく やきどうふ	もやし だいこん こまつな いとこんにやく はくさい にんじん しろねぎ ごぼう えのきたけ	795 27.6
7	木	パン 牛乳 ドライカレー ◆れんこんと枝豆のサラダ オニオンスープ	パン でんぷん あぶら さとう ごま マヨネーズ	ぎゅうにゅう だいず ぶたにく ぎゅうにく とりにく ベーコン	たまねぎ あおピーマン しょうが にんにく ほしぶどう れんこん キャベツ にんじん えだまめ コーン えのきたけ パセリ チンゲンサイ	816 32.9
8	金	卒 業 式				
11	月	ご飯 牛乳 鯖の塩焼き ◆たくあん和え 肉じゃが	ごはん さとう ごま じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう さば ぶたにく さつまあげ	たくあん キャベツ たまねぎ ほうれんそう にんじん いとこんにやく さやいんげん	799 31.5
12	火	ご飯 牛乳 焼きシューマイ(2個) 春雨サラダ 八宝菜 いちごゼリー	ごはん こむぎこ さとう はるさめ ごまあぶら あぶら でんぷん パンこ	ぎゅうにゅう チキンハム わかめ ぶたにく いか	たまねぎ キャベツ コーン にんじん はくさい たけのこ ほししいたけ チンゲンサイ しょうが にんにく いちご	801 29.6
13	水	ご飯 牛乳 とんかつ とんかつソース キャベツのソテー 豆腐のみそ汁	ごはん こむぎこ パンこ あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あぶらあげ わかめ みそ	キャベツ もやし にんじん だいこん はくさい ねぎ こまつな えのきたけ	816 28.9
14	木	ミニミニパン 牛乳 白身魚のレモンソース コーンサラダ ミートスパゲティ	パン でんぷん あぶら さとう スパゲティ	ぎゅうにゅう ホキ ぶたにく ぎゅうにく	レモン キャベツ チンゲンサイ にんじん コーン たまねぎ トマト こまつな にんにく	788 32.4
15	金	ビーフカレーライス 牛乳 ほうれん草のささみ和え せとか(オレンジ)	ごはん じゃがいも あぶら こむぎこ ごま さとう	ぎゅうにゅう ぎゅうにく とりにく	たまねぎ にんじん にんにく しょうが さやいんげん ほうれんそう はくさい せとか	756 21.0
18	月	食育の日献立 ご飯 牛乳 ハンバーグきのこソース ジャーマンポテト ★ツナとわかめのスープ	ごはん じゃがいも あぶら ごま さとう ごまあぶら でんぷん	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ベーコン わかめ ツナ とうふ	えのきたけ しめじ たまねぎ パセリ にんじん しろねぎ コーン こまつな	804 31.2
19	火	ご飯(少なめ) 牛乳 鶏肉のバーベキューソース(2個) チンゲンサイのソテー 豆乳コーンクリームスープ お祝いケーキ	ごはん あぶら さとう じゃがいも こめこ	ぎゅうにゅう とりにく チキンハム ベーコン とうにゅう	しろねぎ しょうが にんにく りんご チンゲンサイ にんじん もやし たまねぎ マッシュルーム ブロッコリー コーン パセリ いちご	826 36.3