



令和6年3月 学校給食予定献立表 (小学校)

※ 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 (き)	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】 ごはん ぎゅうにゅう おはなのとうふバーグ なのはなあえ ひなまつりそうめんじる さんしよくはなゼリー	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	692 21.6
4	月	ごはん ぎゅうにゅう プルコギ あおのりポテトビーンズ だいこんとたまごのみそしる	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	697 24.9
5	火	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのマスタードやき ◆たことわかめのサラダ ポトフ	ごはん マヨネーズ あぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく たこ わかめ ウインナー	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	693 29.0
6	水	ごはん ぎゅうにゅう ちくわのごまあげ(2こ) ◆だいこんのじゃこあえ すきやきふうに	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	670 24.0
7	木	パン ぎゅうにゅう ドライカレー ◆れんこんとえだまめのサラダ 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	694 29.3
8	金	ごはん ぎゅうにゅう ぎんざけのてりやき ゆばあえ ぶたじる	ごはん あぶら さとう でんぷん さといも	ぎゅうにゅう さけ ゆば ぶたにく あぶらあげ みそ	ほうれんそう キャベツ だいこん ごぼう はくさい にんじん しめじ しろねぎ	634 30.0
11	月	ごはん ぎゅうにゅう さばのしおやき ◆たくあんあえ にくじゃが	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	684 27.6
12	火	ごはん ぎゅうにゅう やきシューマイ(2こ) はるさめサラダ はっぼうさい 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	675 25.1
13	水	ごはん ぎゅうにゅう とんかつ とんかつソース キャベツのソテー とうふのみそしる	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	693 25.1
14	木	ミニミニパン ぎゅうにゅう しろみぎかなのレモンソース 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	651 27.7
15	金	ビーフカレーライス ぎゅうにゅう ほうれんそうのささみあえ 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	660 19.0
18	月	食育の日献立 ごはん ぎゅうにゅう 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	674 26.6
19	火	ごはん(すくなめ) ぎゅうにゅう とりにく(6年ぎゅうにく)のバーベキューソース チンゲンサイのソテー とうにゅうコーンクリームスープ おいおいケーキ	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(6年ぎゅうにく) 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 マツシユルム ブロッコリー コーン パセリ いちご	684 26.7