



令和 8 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	からだをつくる	からだのちょうしをととのえる	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
			(き)	(あか)	(みどり)	
2	月	行事食【桃の節句】 ごはん ぎゅうにゅう ぎんざけのうめみそやき なのはなあえ わかたけじる もものはなゼリー	ごはん さとう じゃがいも マヨネーズ	ぎゅうにゅう ぎんざけ みそ チキンハム わかめ とうふ とりにく とうにゅう	うめ はくさい なのはな コーン たけのこ たまねぎ にんじん ねぎ もも いちご	694 26.2
3	火	ごはん ぎゅうにゅう チキンソテー たまねぎソース コーンのにんじんサラダ コンソメスープ	ごはん あぶら さとう マヨネーズ じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく ツナ ベーコン	たまねぎ にんにく はくさい コーン にんじん こまつな だいこん キャベツ	661 25.7
4	水	ごはん ぎゅうにゅう ちくわのカレーあげ わふうポテト とりだんごじる せとか(オレンジ)	ごはん こむぎこ あぶら じゃがいも ごまあぶら でんぱん さとう	ぎゅうにゅう ひじき かつおぶし ツナ とうふ あぶらあげ とりにく みそ ちくわ	こまつな たまねぎ にんじん こんにゃく しめじ ねぎ せとか	662 24.2
5	木	パン ぎゅうにゅう ポークケチャップソテー はるのとうにゅうクリームシチュー ★フルーツゼリー	パン あぶら でんぱん じゃがいも こめこ はちみつ さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうにゅう	にんじん チンゲンサイ キャベツ アスパラガス レモン たまねぎ パイン もも みかん	663 25.7
6	金	ごはん ぎゅうにゅう ◆あげどりのレモンがらめ ほうれんそうのかつおあえ けんちんじる	ごはん でんぱん あぶら さとう さとも	ぎゅうにゅう とりにく かつおぶし チキンハム とうふ あぶらあげ	レモン ほうれんそう もやし だいこん にんじん ごぼう こんにゃく しめじ ねぎ	656 27.7
9	月	ごはん ぎゅうにゅう プルコギ ナムル スンドゥブ	ごはん さとう あぶら ごまあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ぎゅうにく あぶらあげ チキンハム とうふ とりにく	たまねぎ いら しょうが にんにく もやし こまつな にんじん はくさいキムチ えのきたけ ねぎ	671 26.1
10	火	ごはん ぎゅうにゅう さわらのたつたあげ チンゲンサイのささみあえ すましじる とうにゅういちごムース	ごはん でんぱん あぶら さとう じゃがいも	ぎゅうにゅう さわら とりにく とうふ ちくわ あぶらあげ とうにゅう	しょうが チンゲンサイ えのきたけ たまねぎ ねぎ キャベツ にんじん いちご	650 26.2
11	水	防災給食 ごはん ぎゅうにゅう ふりかけ ★ひじきパスタ ★◆きりぼしだいこんのサラダ ★こうやどうふのみそじる	ごはん スパゲティ さとう マヨネーズ さとも	ぎゅうにゅう のり ひじき ツナ チキンハム わかめ こうやどうふ かつおぶし ぶたにく あぶらあげ みそ	にんじん きりぼしだいこん キャベツ コーン たまねぎ ごぼう ほししいたけ ねぎ	666 24.8
12	木	パン ぎゅうにゅう ハンバーグ オーロラソース コールスローサラダ きのこスープ	パン でんぱん あぶら じゃがいも さとう マヨネーズ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ベーコン	たまねぎ キャベツ こまつな コーン にんじん なましいたけ えのきたけ しめじ ほうれんそう	659 25.3
13	金	はるやさいのカレーライス ぎゅうにゅう ウインナーとキャベツのソテー ★かいそうのサラダ	ごはん じゃがいも こむぎこ あぶら	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ポークウインナー ツナ わかめ こんぶ かんてん	アスパラガス たまねぎ にんじん にんにく しょうが キャベツ もやし コーン レタス きゅうり	675 20.1
16	月	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのしょうがやき こまつなのマヨネーズあえ しんたまねぎのみそじる	ごはん マヨネーズ でんぱん	ぎゅうにゅう とりにく ツナ とうふ みそ	しょうが こまつな もやし にんじん たまねぎ だいこん しめじ こんにゃく ねぎ	660 27.3
17	火	ごはん ぎゅうにゅう ユーリンユイ バンバンジーサラダ こんぶのちゅうかスープ	ごはん でんぱん あぶら さとう ごま ごまあぶら じゃがいも	ぎゅうにゅう ホキ とりにく こんぶ とうふ ベーコン	しろねぎ しょうが にんにく きゅうり キャベツ たまねぎ にんじん えのきたけ ほうれんそう	649 29.8
18	水	ごはん ぎゅうにゅう あつあげのごもくに ★ツナのポテトサラダ ぶたじる	ごはん さとう でんぱん マヨネーズ じゃがいも	ぎゅうにゅう あつあげ ぎゅうにく ぶたにく ツナ とうふ あぶらあげ みそ	たけのこ にんじん こんにゃく さやいんげん たまねぎ ねぎ キャベツ だいこん しめじ ほししいたけ	666 24.9
19	木	ミニパン ぎゅうにゅう とりにく(6年ぎゅうにく)のデミグラスソース なのはなのソテー わかめスープ おいおいケーキ	パン さとう でんぱん あぶら こめこ	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく (6年ぎゅうにく) わかめ ぶたにく とうにゅう	なのはな もやし コーン たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ いちご	658 27.9