

2025年

3月 学校給食 予定献立表

日	曜日	献立名	[1,2群] 体を作る食品	[3,4群] 体の調子を整える食品	[5,6群] エネルギーとなる食品	[その他] 調味料等	エネ ギー	蛋白質 (g)
3	月	★牛乳 麦ご飯 鶏の唐揚げ はりはり漬け 菜の花のずまし汁 ★桜餅	★牛乳 鶏の唐揚げ 昆布 豆腐 わかめ	きゅうり 人參 切干大根 たけのこ 菜の花 人參 干し椎茸	米 麦 三温糖 ごま お麩	だし(鰹・昆布) ★桜餅	802	31.2
4	火	★牛乳 鶏葱ゆず塩 (★地粉うどん) うどん (汁) 肉味噌コロッケ きゅうりとわかめの酢の物 手作り抹茶蒸しパン	★牛乳 鶏肉 油揚げ わかめ 牛乳	長葱 大根 人參 しめじ ゆず きゅうり	★地粉うどん ごま油 三温糖 肉味噌コロッケ 揚げ油 三温糖 ホットケーキミックス 三温糖	チキンスープ だし(鰹・昆布) 抹茶	848	27.6
5	水	★牛乳 麦ご飯 厚焼き玉子 野菜の味噌マヨ和え ぶり大根	★牛乳 厚焼き玉子	蓮根 フロッコリー コーン 人參 ◆ロマネスコ 大根 生姜	米 麦 ごま 三温糖	赤みそ マヨネーズ風味調味料 だし(昆布)	773	32.8
6	木	★ショア(マスカット) ピザドック ごぼうサラダ パンプキンポタージュ	★ショア(マスカット) ウインナー チーズ	ソテーオニオン にんにく トマト缶 きゅうり ごぼう 人參 コーン かぼちゃ ソテーオニオン 玉葱 人參 かぼちゃペースト	コッパン サラダ油 三温糖 ごま 小麦粉 バター 生クリーム サラダ油	ハヤシルウ カレー粉 トマトケチャップ 辛子 マヨネーズ風味調味料 チキンスープ	732	26.7
7	金	★牛乳 (麦ご飯) カツカレー (ルウ) (子キンカツ) 手作り福神漬け ヨーグルト和え	★牛乳 子キンカツ プレーンヨーグルト	玉葱 にんにく 生姜 トマト缶 ソテーオニオン 人參 大根 きゅうり 蓮根 生姜 パイン缶 みかん缶	米 麦 じゃが芋 サラダ油 小麦粉 揚げ油 三温糖 ごま グラニュー糖	カレー粉 カレールウ	897	26.0
10	月	★牛乳 (チキンライス) オムライス (オムライスシート) (★トマトケチャップ) 大根とフロッコリーのサラダ 手作りコーヒーゼリー	★牛乳 鶏肉 オムライスシート	玉葱 マッシュルーム グリーンピース 大根 フロッコリー きゅうり 人參 コーン レモン果汁	米 麦 サラダ油 サラダ油 三温糖 ホイップクリーム	トマトケチャップ 中濃ソース ★トマトケチャップ マヨネーズ風味調味料 コーヒーゼリーの素	720	21.1
11	火	★牛乳 メイプルトースト たらのエスカベッシュ シエルマカロニのトマトスープ	★牛乳 たら(でん粉付) ベーコン	玉葱 人參 赤ピーマン パセリ 青ピーマン ◆サボイキャベツ ◆カーボロネロ 玉葱 人參 セロリ にんにく ◆ピーツ トマト缶 トマトペース	食パン バター グラニュー糖 メイプルシロップ 揚げ油 オリーブ油 グラニュー糖 マカロニ オリーブ油 三温糖	チキンスープ ローリエパウダー	737	30.2
17	月	★牛乳 (麦ご飯) チャプチェ丼 (具) 大学芋 ワンタンスープ ★型抜きチーズ	★牛乳 豚肉 ★チーズ	生姜 にんにく 玉葱 もやし 人參 ピーマン たら 白菜キムチ もやし 白菜 たら 長葱 人參 さくらげ	米 麦 春雨 ごま油 三温糖 ごま でん粉 さつま芋 揚げ油 三温糖 ごま ワンタン皮 ごま油	オイスターソース チキンスープ	850	28.7
18	火	★牛乳 パプリカライスの クリームソース かけ (パプリカライス) (クリームソース) 豆腐ナゲット 海藻サラダ (★ドレッシング) ★お祝いイチゴクレープ	★牛乳 鶏肉 牛乳 チーズ 豆腐ナゲット 海藻ミックス	玉葱 人參 しめじ グリンピース もやし 大根 きゅうり コーン	米 麦 サラダ油 小麦粉 バター 生クリーム 揚げ油	パプリカパウダー チキンスープ ★ドレッシング ★クレープ	894	27.0
回数	※ 「その他」に含まれる以下の食品については、記載を省略しています 食塩 こしょう しょうゆ 穀物酢 本みりん 料理酒(清酒・赤ワイン・白ワイン) 強化米						平均	
9	※ ★のマークがついているものは、個包装されています。						806	27.9

◆5日に使用するロマネスコと、11日に使用するサボイキャベツ・カーボロネロ・ピーツは、ヨーロッパ野菜の仲間です。

左) ロマネスコ 右) サボイキャベツ→

