

令和8年 3月 学校給食予定献立表 (小学校)

に ち	よ う び	こんだてめい ◆: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)
			(き)	(あか)	(みどり)	たんぱく質 (g)
2	月	ごはん ぎゅうにゅう ぶたキムチ パンサンスウ ミニぎょうぎスープ	ごはん あぶら ぎょうぎのかわ さとう はるさめ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム(とり) ぎょうぎのぐ(ぶた) たまご	はくさいキムチ たいすもやし にんじん たけのこ たまねぎ なら キャベツ チンゲンサイ きゅうり	622
						23.9
3	火	さけちらしすし(むぎいり) ぎゅうにゅう ちくわのいそべあげ(2ほん) はくさいとみずなのあえもの こんさいたっぴりとりじる	ごはん むぎ あぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう さけ ハム(ぶた) とりにく あぶらあげ ちくわ あおのり	はくさい みずな れんこん ごぼう だいこん たまねぎ ねぶかねぎ にんじん たけのこ しょうが	606
						25.1
4	水	クロワッサン ぎゅうにゅう チキンナゲット(2こ) だいこんとれんこんのサラダ ビーフシチュー	クロワッサン あぶら じゃがいも ドレッシング こむぎこ ビーフルウ しろごま	ぎゅうにゅう とりにく ぎゅうにく ハム(ぶた)	だいこん れんこん えだまめ にんにく たまねぎ グリンピース にんじん マッシュルーム	618
						32.3
5	木	ごはん ぎゅうにゅう かみかみかきあげ◆ ひじきのいために とんじる	ごはん あぶら こむぎこ さといも さとう	ぎゅうにゅう みそ いか ぶたにく ちくわ あぶらあげ だいす ひじき	にんじん たまねぎ ごぼう さやいんげん だいこん はねぎ えのきたけ はくさい こんにゃく	627
						24.4
6	金	ごはん ぎゅうにゅう にくだんごのケチャップに きりぼしだいこんのナムル タンタンビーフンスープ	ごはん あぶら ビーフン しろごま さとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう にくだんご(ぶた・とり) とりにく とうにゅう ハム(ぶた) みそ	レタス きりぼしだいこん はくさい たまねぎ もやし にんにく なら たけのこ パプリカ(あか)	635
						25.0
9	月	ごはん ぎゅうにゅう さばのしおやき だいこんのみそマヨあえ あつあげのうまに	ごはん あぶら じゃがいも さとう ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう さば ツナ ぎゅうにく なまあげ みそ	たまねぎ ねぶかねぎ こんにゃく だいこん グリンピース にんじん	677
						29.9
10	火	せきはん ごましお ぎゅうにゅう ハムカツ こまつなのうめこんぶあえ ラッキーあぶらあげのみそしる	ごはん あぶら こむぎこ さとう パンこ くらごま	ぎゅうにゅう あすき ハム(ぶた・とり) あぶらあげ みそ こんぶ	もやし たまねぎ にんじん こまつな だいこん こんにゃく はねぎ ごぼう うめぼし	629
						24.8
11	水	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのてりやき きんぴらごぼう みぞれじる	ごはん あぶら さとう でんぶん くらごま	ぎゅうにゅう ぎゅうにく とりにく ぶたにく	たまねぎ ごぼう パプリカ(あか) さやいんげん だいこん はくさい しめじ はねぎ しょうが	605
						28.0
12	木	コッペパン ぎゅうにゅう ミートポテトグラタン れんこんサラダ やきそば	コッペパン あぶら じゃがいも ちゅうかそば ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく あおのり ぶたにく かつおぶし チーズ ハム(ぶた)	はねぎ たまねぎ れんこん パセリ グリンピース キャベツ にんじん しょうが	659
						27.5
13	金	ごはん ぎゅうにゅう あじのねぎソース もやしとくきわかめのかみかみあえ◆ みそおでん	ごはん あぶら でんぶん さとう じゃがいも ごまあぶら アーモンド	ぎゅうにゅう みそ あじ ハム(とり) とりにく なまあげ さつまあげ くきわかめ	ねぶかねぎ さやいんげん にんにく もやし だいこん ごぼう こんにゃく しょうが	662
						31.4
16	月	ごはん ぎゅうにゅう てりやきハンバーグ ポテトサラダ ぐだくさんみそしる	ごはん あぶら さとう でんぶん じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	ぎゅうにゅう ハンバーグ(ぶた・とり) ハム(とり) みそ あぶらあげ とうふ	たまねぎ きゅうり はくさい だいこん もやし しめじ はねぎ	619
						26.1
17	火	ごはん ぎゅうにゅう とりにくとじゃがいものカップやき もやしのちゅうかごまあえ マーボーどうふ	ごはん あぶら しろごま さとう じゃがいも ノンエッグマヨネーズ こめこカレールウ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく やきぶた みそ とうふ	にんにく たまねぎ にんじん グリンピース もやし キャベツ ほしいたけ たけのこ しょうが はねぎ	637
						25.4
18	水	わかめごはん(むぎいり) ぎゅうにゅう とりにくのからあげ(2こ) フロッコリーのすりごまあえ ばちじる こめこのおいわいケーキ	ごはん むぎ あぶら でんぶん さとう ばち ケーキ しろごま	ぎゅうにゅう とりにく ハム(ぶた) あぶらあげ かまぼこ わかめ	しょうが とうもろこし だいこん はねぎ たまねぎ にんじん なましいたけ フロッコリー にんにく	688
						30.1

※ 材料の都合等により、献立の一部を変更することがあります。 給食実施日については、各校の行事予定等でお確かめ下さい。
 ※ 食材料については主なもののみ記してあります。アレルギー等で食材料表が必要な方はセンターまでご連絡ください。
 ※ たつの市産(予定)…こめ・キャベツ・こまつな・だいこん・にんじん・はくさい・はねぎ・レタス