

# 令和8年3月 学校給食献立表



★個数物の数字(幼・小・中)

日曜日	こんだて			食品と働き			栄養価	
	しゅしょく	牛乳	おかず	血・肉・骨などの体をつくる(赤)	熱や力になる(黄)	体の調子をとのえる(緑)	エネルギー kcal	たんぱく質 g
				1群・2群	5群・6群	3群・4群		
2月	★ひなまつり献立★ ちらしずし	牛乳	おふのすましじる チキンナゲット②②③ なのはなのうめかつおあえ ひなあられ	牛乳 たまご とうふ チキンナゲット かつおぶし	こめ 油 さとう おふ ひなあられ	にんじん・たけのこ・れんこん・しいたけ かんぴょう・だいこん・えのき・しめじ こまつな・なのはな・ほうれんそう はくさい・うめぼし	(小)637 (中)815	21.0 29.4
3火	ココアあげパン	牛乳	コーンポタージュ ミートボール②②③ チヨレギサラダ	牛乳 ベーコン ミートボール わかめ のり	コッペパン 油 さとう ミルクココア シチュールウ かんこくナムルドレッシング	たまねぎ・はくさい・マッシュルーム パセリ・とうもろこし・キャベツ にんじん・きゅうり	663 852	21.7 30.3
4水	げんまいいりごはん	牛乳	にくじゃが ワカサギフリッター② しょうがじょうゆあえ	牛乳 ぶたにく わかさぎ	こめ 油 さとう じゃがいも しらたき	にんじん・たまねぎ・グリーンピース はくさい・こまつな・きゅうり・しょうが	635 812	23.4 32.7
5木	こどもパン	牛乳	ほうれんそうスープ にこみふうハンバーグ あきない 春夏冬だんごのフルーツポンチ	牛乳 ウインナー ハンバーグ	こどもパン 油 さとう あきないだんご	たまねぎ・ほうれんそう・はくさい にんじん・トマト・りんご・みかん パイナップル・もも	671 858	25.8 36.1
6金	じごなうどん	牛乳	ごもくうどんしる ちくわのいしがきあげ①①② からしあえ	牛乳 とりにく 油あげ ちくわ	地粉うどん 油 さとう はくりきこ ごま	たまねぎ・ごぼう・ほうれんそう しいたけ・はくさい・もやし・にんじん きゅうり	650 806	27.6 38.6
9月	むぎごはん	牛乳	チキンハヤシ ポテトサラダ げんきヨーグルト	牛乳 とりにく ヨーグルト	こめ むぎ 油 さとう でんぶん ハヤシルウ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ・にんじん・しめじ・えのき グリーンピース・マッシュルーム・にんにく・しょうが キャベツ・きゅうり・とうもろこし	677 842	24.7 34.5
10火	しょくパン	牛乳	イチゴジャム&マーガリン シーフードスパゲッティ パンプキンアンサンブルエッグ フレンチサラダ	牛乳 エビ イカ ベーコン アンサンブルエッグ	しょくパン 油 さとう スパゲッティ フレンチドレッシング イチゴジャム マーガリン	たまねぎ・にんじん・ピーマン マッシュルーム・にんにく・かぼちゃ キャベツ・きゅうり・とうもろこし カリフラワー	665 851	25.7 35.9
11水	ごはん	牛乳	ちゅうかスープ チキンなんばん ビビンバふうソテー	牛乳 とりにく とうふ チキンなんばん ぶたにく みそ	こめ 油 さとう はるさめ	しいたけ・きくらげ・こまつな・しょうが にんにく・だいずもやし・もやし ほうれんそう・にんじん	636 814	24.2 33.8
12木	★卒業お祝い献立★ かてめし	牛乳	おいわいじる コーンフライ すだ 巣立ちゼリー	牛乳 とりにく 油あげ なんと フライ	こめ もちごめ 油 さとう ゼリー	にんじん・ごぼう・しめじ・いんげん しいたけ・はくさい・ほうれんそう えのき・とうもろこし・すだち	662 847	22.2 31.0
13金	ちゅうかめん	わたぼく ミルク	わかめラーメンしる ショウロンポウ② ちゅうかあえ	わたぼくミルク ぶたにく わかめ ショウロンポウ	中華めん 油 さとう ごま油 ごま	もやし・はくさい・とうもろこし・メンマ だいこん・ほうれんそう・にんじん キャベツ	646 826	23.3 32.6
16月	あおなごはん	牛乳	とんじる アジのてりやき しおこんぶあえ	牛乳 ぶたにく みそ 油あげ アジ こんぶ	こめ 油 さとう さとも こんにやく ごま油	ごぼう・だいこん・にんじん・こまつな キャベツ・ほうれんそう・もやし きゅうり	834 340	24.3 34.0
17火	くろパン	ヨー 牛乳	ABCマカロニスープ メンチカツ ミモザサラダ	ヨー牛乳 ベーコン メンチカツ たまご	くろパン 油 さとう マカロニ コーンクリーミードレッシング	たまねぎ・はくさい・にんじん・パセリ ブロッコリー・カリフラワー・キャベツ とうもろこし	634 811	21.1 29.5
18水	やきぶたチャーハン	牛乳	チーズかまぼこ もやしのナムル みかんゼリー	牛乳 やきぶた チーズかまぼこ	こめ もちごめ 油 さとう ごま油 ごま ゼリー	たまねぎ・こまつな・しめじ・にんじん ねぎ・しいたけ・にんにく・しょうが キャベツ・ほうれんそう・もやし・みかん	627 802	24.7 34.5
19木	★小学校給食最終日★ むぎごはん	牛乳	ポークカレー ナゾドレサラダ カップでヤクルト	牛乳 ぶたにく カップでヤクルト	こめ むぎ 油 さとう じゃがいも カレールウ カレーやさんのナゾドレッシング	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・にんにく しょうが・キャベツ・きゅうり・ブロッコリー カリフラワー・とうもろこし	665 838	24.9 35.1
23月	ごはん	牛乳	ふりかけ けんちんじる サバのみそに ひじきのごまあえ	牛乳 ふりかけ とうふ サバ みそ ひじき	こめ 油 さとう こんにやく さとも ごま油 ごま	だいこん・にんじん・ごぼう・ねぎ こまつな・はくさい・れんこん きゅうり	641 820	23.7 33.1
24火	コッペパン	牛乳	はくさいのクリームスープ チキンチャップ コーンポテト	牛乳 ウインナー とりにく	コッペパン 油 さとう シチュールウ じゃがいも バター	はくさい・ほうれんそう・たまねぎ にんじん・しめじ・にんにく・しょうが りんご・とうもろこし・パセリ	650 832	26.5 37.1
25水	むぎごはん	牛乳	マーボー豆腐 はるまき ほうれんそうサラダ	牛乳 とうふ みそ ぶたにく だいず はるまき チーズ	こめ むぎ 油 さとう でんぶん ノンエッグマヨネーズ	にんじん・たまねぎ・しいたけ・にら たけのこ・にんにく・しょうが・キャベツ ほうれんそう・きゅうり・とうもろこし	664 849	25.3 35.4

※食材などの都合により献立を変更する場合がありますが、ご了承ください。

5日：春夏冬だんごのフルーツポンチ  
「赤・緑・白色のだんご」を使用しています。  
よくかんで食べましょう！！

赤=春・緑=夏・白=冬を表しており、秋がないことから、  
春夏冬=「あきない」と読ませます。



☆ 給食終了日 ☆

19日・・・皆野小学校・国神小学校・三沢小学校  
25日・・・幼稚園・皆野中学校

今月の皆野産・秩父郡市産

○しめじ ○きゅうり ○みそ ○しょうゆ

