

令和7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		
3月	★ ひなまつり献立 ★ ちらしずし	牛乳	はなふのすましじる チキンナゲット②②③ なのはなうめかつおあえ ひなあられ	牛乳 たまご チキンナゲット かつおぶし	こめ 油 さとう さといも 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 しめじ・えのき・こまつな・なのはな ほうれんそう・はくさい・うめぼし	(小)635 (中)806	16.6 23.4
4火	ココアあげパン	牛乳	やさいスープ ソーセージステーキ コーンサラダ	牛乳 とりにく ソーセージステーキ	ツイストパン 油 さとう ココア コーンクリームドレッシング	たまねぎ・はくさい・にんじん・もやし パセリ・ブロッコリー・カリフラワー キャベツ・きゅうり・とうもろこし	653 829	25.1 35.3
5水	カレーピラフ	牛乳	ポテトカップグラタン コールスローサラダ あおりんごゼリー	牛乳 とりにく ポテトカップグラタン	こめ もちごめ 油 さとう じゃがいも ゼリー コールスロードレッシング	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・トマト グリーンピース・にんにく・しょうが・ほうれんそう キャベツ・きゅうり・とうもろこし・りんご	645 819	21.6 30.4
6木	ごはん	牛乳	ふりかけ だいこんのみそしる アジのてりやき ひじきのごまあえ	牛乳 ふりかけ みそ アジ ひじき	こめ 油 さとう ごま	だいこん・はくさい・しめじ・ねぎ キャベツ・きゅうり・にんじん れんこん	650 825	23.9 33.6
7金	じごなうどん	牛乳	ごもくうどんしる しのだぶくろに こまつなあえ	牛乳 とりにく しのだぶくろ シーチキン	じごなうどん 油 さとう	にんじん・たまねぎ・ねぎ・ごぼう はくさい・しいたけ・こまつな キャベツ・きゅうり・とうもろこし	644 817	24.5 34.5
10月	あおなごはん	牛乳	みぞれじる いわしのうめに しおこんぶあえ	牛乳 とうふ いわし こんぶ	こめ 油 さとう ごま油	こまつな・だいこん・しめじ・えのき うめぼし・キャベツ・ほうれんそう にんじん・きゅうり	631 801	25.0 35.2
11火	こどもパン スライス	イチゴ牛乳	はくさいのクリームスープ ハンバーグデミグラスソース イタリアンサラダ	イチゴ牛乳 牛乳 とりにく ハンバーグ	こどもパン 油 さとう シチュウルウ イタリアンドレッシング	はくさい・いんげん・たまねぎ・しめじ にんじん・マッシュルーム・キャベツ・とうもろこし トマト・きゅうり・カリフラワー・ブロッコリー	647 821	24.6 34.6
12水	むぎごはん	牛乳	ちゅうかふうコーンスープ チキンなんばん ビビンバソテー	牛乳 チキンなんばん ぶたにく みそ	こめ むぎ 油 さとう	たまねぎ・はくさい・にんじん・パセリ マッシュルーム・にんにく・しょうが・もやし だいずもやし・ほうれんそう・とうもろこし	657 834	23.4 32.9
13木	★ 卒業お祝い献立 ★ かてめし	牛乳	コーンフライ しゃくしなあえ すだち 巣立ちゼリー	牛乳 とりにく コーンフライ	こめ もちごめ 油 さとう ごま ゼリー	にんじん・ごぼう・しめじ・まいたけ グリーンピース・しいたけ・とうもろこし キャベツ・きゅうり・しゃくしな・すだち	637 808	22.8 32.1
14金	ちゅうかめん	牛乳	わかめラーメンしる ショウロンポー②②③ ちゅうかサラダ	牛乳 とりにく わかめ ショウロンポー	ちゅうかめん 油 さとう ごま油	にんじん・もやし・はくさい・しなちく とうもろこし・きゅうり・キャベツ だいこん・ほうれんそう	650 83.4	23.6 33.2
17月	むぎごはん	牛乳	ポークカレー つぼみサラダ 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 かおりごまドレッシング	たまねぎ・にんじん・グリーンピース にんにく・しょうが・ブロッコリー・カリフラワー キャベツ・きゅうり・とうもろこし	664 843	25.3 38.4
18火	コッペパン スライス	牛乳	わふうミートスパゲティー ウインナーケチャップあえ フレンチサラダ	牛乳 ぶたにく ウインナー	コッペパン 油 さとう スパゲティー フレンチドレッシング	にんじん・たまねぎ・マッシュルーム いんげん・にんにく・しょうが・キャベツ カリフラワー・きゅうり・とうもろこし	646 820	23.3 32.8
19水	げんまいいり ごはん	牛乳	マーボー豆腐 はるまき きゅうりのしおサラダ	牛乳 ぶたにく とうふ みそ だいず はるまき	こめ 油 さとう でんぶん こうみしおドレッシング	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・だいこん・きゅうり	666 845	25.8 36.3
21金	ごはん	牛乳	ほうれんそうのみそしる さわらのたつたあげ ぶたにくのしょうがいため	牛乳 とうふ みそ さわら ぶたにく	こめ 油 さとう	にんじん・だいこん・ねぎ・しめじ ほうれんそう・ねぎ・もやし・キャベツ たまねぎ・にら	638 810	25.4 35.8
24月	ごはん	牛乳	にくじゃが あつやきたまご しょうがじょうゆあえ	牛乳 ぶたにく たまご	こめ 油 さとう じゃがいも しらたき	にんじん・たまねぎ・いんげん はくさい・きゅうり・もやし・しょうが	648 822	27.1 38.2
25火	しょくパン	牛乳	トマトスープ とりにくのオープンからあげ②③ フルーツホイップ	牛乳 ベーコン とりにく ホイップクリーム	しょくパン 油 さとう	にんじん・たまねぎ・キャベツ トマト・ブロッコリー・パイナップル もも・みかん	642 815	25.3 35.6

※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。



今月の皆野産・秩父郡市産
○まいたけ ○しめじ ○きゅうり
○みそ ○しょうゆ ○しゃくし菜漬け

給食終了日
17日・・・皆野小学校
19日・・・国神小学校・三沢小学校
25日・・・幼稚園・皆野中学校

