













令和6年度

3月

給食予定献立表

小鹿野町学校給食センター
長若小学校

日 曜	献立名			ちや ^ち 肉、骨 ^{ほね} や歯 ^は に	からだの調子 ^{ちよひ} を	ねつ ^{ねつ} ちから ^{ちから} ののもとに	kcal	たんぱく ^{たんぱく} しつ ^{しつ}
	主食・パンにつけるもの	牛乳	主菜・副菜	なる食品	ととのえる食品	なる食品		
3月	ごはん		とうふいりにくだんごのすましじる あじフィレフライ ちくぜんに ひなあられ	牛乳 とうふ ぶたにく あじ とりにく	にんじん だいこん みすな たまねぎ えだまめ コーン ごぼう れんこん こんにゃく いんげん	米 さとう あぶら ごまあぶら こむぎこ パンこ	605	24.8
4火	キムタクごはん		はるまき こまつなとひじきのサラダ とうにゅうプリン	牛乳 ぶたにく ひじき ささみ とうにゅう	にんじん はくさいキムチ だいこんたくあん たまねぎ こまつな キャベツ コーン	米 さとう あぶら ごま こむぎこ はるさめ ごまドレッシング	693	20.1
5水	コッペパンスライス		パンネトマトソースあえ ブロッコリーツナサラダ カスタードクリーム	牛乳 とりにく ベーコン ツナ たまご スキムミルク	にんじん たまねぎ パセリ トマト ニンニク ブロッコリー キャベツ	パン あぶら オリーブあぶら パンネマカロニ ノンエッグマヨネーズ さとう コーンスターチ	616	25.2
6木	ごはん		すきやきふうに たまごやき のりずあえ	牛乳 ぶたにく やきとうふ たまご のり	にんじん たまねぎ ながねぎ しらたき ショウガ ほうれんそう はくさい もやし	米 さとう あぶら	604	29.3
7金	ふりかえきゅうぎょうびのため、きゅうしよくなし							
10月	チキンライス		コンソメスープ キャベツメンチカツ オレンジ	牛乳 とりにく ぶたにく ウィンナー	にんじん たまねぎ グリンピース トマト キャベツ パセリ セロリー コーン オレンジ	米 あぶら じゃがいも こむぎこ パンこ オリーブあぶら	613	22.7
11火	ごはん あじつけのり		とんじる さばのおしおやき おかかあえ	牛乳 ぶたにく あぶらあげ みそ さば カツオブシ のり	にんじん だいこん ごぼう こんにゃく ながねぎ ブロッコリー はくさい	米 あぶら ごまあぶら さといも さとう	593	27.2
12水	ナン		キーマふうカレー ポイルウィンナー(2ほん) コールスローサラダ	牛乳 とりにく だいず ウィンナー	にんじん たまねぎ ニンニク トマト キャベツ コーン	ナン じゃがいも こむぎこ あぶら さとう ノンエッグマヨネーズコーンドレッシング	638	26.5
13木	さけわかめご飯		おいわいスープ チキンチキンごぼう はるさめサラダ	牛乳 とうふ なると さけ わかめ とりにく	にんじん もやし ながねぎ ツナ ごぼう えだまめ キャベツ	米 ごまあぶら かたくりこ あぶら さとう はるさめ ごま	608	25.3
14金	ちゅうかめん		しょうゆラーメンじる チーズはんぺんフライ ナムル ソーフロートふうゼリー	牛乳 ぶたにく すりみチーズたまご(チーズはんぺんフライ) とうにゅう	にんじん キャベツ ながねぎ メンマ コーン ニンニク もやし こまつな	ちゅうかめん あぶら ごまあぶら こむぎこパンこやまいも(チーズはんぺんフライ) さとう ごま	655	24.6
17月	ごはん		マーボーどうふ ポークしゅうまい(2こ) もやしのちゅうかあえ	牛乳 とうふ ぶたにく みそ とりにく ハム	にんじん たまねぎ ながねぎ ホウレンソウ ニンニク もやし きゅうり	米 さとう ごまあぶら あぶら かたくりこ こむぎこ ごま	636	28.9
18火	ごはん		だいこんのみそじる ぶたにくのしょうがいため ポテトサラダ	牛乳 あぶらあげ みそ ぶたにく ハム	にんじん だいこん こまつな ながねぎ たまねぎ ショウガ	米 さとう あぶら かたくりこ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	597	24.8
19水	こどもパン		かぼちゃのクリームスープ とりにくのコーンフレークやき レタスサラダ おいっぴいちせりー	牛乳 ベーコン とりにく とうにゅう	にんじん たまねぎ かぼちゃ ニンニク パセリ レタス キャベツ コーン いちご	パン こむぎこ バター あぶら ノンエッグマヨネーズ コーンフレーク イタリアンドレッシング	674	29.4

*材料等の都合により、献立内容が変更になる場合があります。

