














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  
三田川小学校

日 曜	献立名			ちや <sup>ち</sup> 肉 <sup>にく</sup> 、骨 <sup>ほね</sup> や歯 <sup>は</sup> に なる食品	からだの調 <sup>ちやう</sup> 子を ととのえる食品	ねつ <sup>ねつ</sup> ちから <sup>ちから</sup> の 熱 <sup>ねつ</sup> や力 <sup>ちから</sup> のもとに なる食品	I <sup>イ</sup> 補 <sup>ほ</sup> け - kcal	たんば <sup>たんば</sup> くしつ <sup>くしつ</sup> g
	主食・パンにつけるもの	牛乳	主菜・副菜					
3 月	ごはん		とうふいりにくだんこのすましじる 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	605 765	24.8 31.1
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 玉ねぎ 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	693 806	20.1 24.6
5 水	コッペパンスライス		ペ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kim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 ペンネマカロニ ノンエッグマヨネーズ さとう コーンスターチ	616 785	25.2 31.6
6 木	ごはん		すきやきふうに たまごやき のりすあえ	牛乳 ぶたにく やきどうふ 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	604 742	29.3 35.8
7 金	ふりかえきゅうぎょうびのため、きゅうしょくなし							
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	613 785	22.7 28.4
11 火	ごはん あじつけのり		とんじる さばのおおやき 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	593 727	27.2 32.7
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 だいた 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ンドレッシング	638 812	26.5 33.3
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 なんと 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	608 790	25.3 30.6
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 ソーダフロートふうゼリー	牛乳 ぶたにく ずりみチーズたまご(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 こむぎパンこやまいち(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 しょうが 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	636 765	28.9 34.0
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	597 733	24.8 30.1
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	牛乳 ベーコン とりにく	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	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	634 800	29.3 35.5
21 金	ごもくごはん		たらのあますかけ いりたまごあえ おいわいいちごゼリー	牛乳 とりにく あぶらあげ たら たまご とうにゅう	にんじん えだまめ こんにゃく ほうれんそう キャベツ いちご	米 さとう あぶら でんぶん ごまあぶら ごま	583 746	24.0 32.0

\*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。

