














令和5年度

3月

給食予定献立表

小鹿野町学校給食センター
両神小学校

日 曜	献立名			血や肉、骨や歯に なる食品	からだの調子を ととのえる食品	熱や力のもとに なる食品	1人分 - kcal	たんぱく質 g
	主食・パンにつけるもの	牛乳	主菜・副菜					
1 金	じごなうどん		わかめうどんじる きなこだんご(4こ) ごまマヨネーズあえ	牛乳 とりにく あぶらあげ なると わかめ きなこ	にんじん たまねぎ ながねぎ ブロッコリー はくさい	うどん さとう しらたまだんご ごま ノンエッグマヨネーズ	629	24.7
4 月	ひじきごはん		メンチカツ おかかあえ ひなあられ	牛乳 とりにく あぶらあげ ひじき ぶたにく カツオブシ	にんじん たまねぎ ほうれんそう キャベツ コーン	米 さとう あぶら こむぎこ パンこ ひなあられ	605	23.7
5 火	ごはん		すきやきふうじ たまごやき こうみあえ	牛乳 やきどうぶ ぶたにく たまご	にんじん たまねぎ しらたき ながねぎ ショウガ こまつな もやし	米 さとう あぶら ごま ごまあぶら	616	28.9
6 水	くるパン		ビーフンスープ ウィンナー(2本) パックケチャップ ツナポテトサラダ	牛乳 とりにく ウィンナー ツナ	にんじん もやし みずな ショウガ コーン きゅうり	パン ビーフン あぶら じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	602	21.9
7 木	むぎごはん		はくさいスープ ピピンパのぐ あげぎょうざ(2こ)	牛乳 ぶたにく たまご みそ とりにく あぶらあげ	にんじん ほうれんそう もやし ニンニクショウガ はくさい たまねぎ 納豆 キャベツ	米 おおむぎ さとう ごまあぶら あぶら こむぎこ パンこ	618	25.1
8 金	両神小学校リクエスト給食 しゃくしなごはん		とりむねにくのからあげ だいこんサラダ カラフルゼリーポンチ	牛乳 ぶたにく とりにく わかめ	にんじん しゃくしなづけ ニンニク だいこん レタス コーン レモン ぶどう みかん	米 ごまあぶら ごま さとう かたくりこ ちゅうかドレッシング サイダー	639	26.9
11 月	ごはん		マーボーどうぶ にんじんしゅうまい(2こ) いそかあえ	牛乳 ぶたにく どうぶ みそ きょにくすりみ のり	にんじん たまねぎ グリンピース 納豆 キャベツ ほうれんそう もやし はくさい	米 あぶら ごまあぶら さとう かたくりこ こむぎこ	622	25.8
12 火	ごはん		えのきのみそしる あじフライ パックソース ごもくきんぴら	牛乳 あぶらあげ みそ あじ ぶたにく さつまあげ	にんじん えのき はくさい ながねぎ れんこん ごぼう こんにゃく	米 あぶら ごまあぶら さとう こむぎこ パンこ さとう ごまあぶら ごま	625	24.3
13 水	子どもパンスライス		スパゲッティマトソース ブロッコリーツナサラダ カスタードクリーム	牛乳 ベーコン とりにく 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 スパゲッティ オリーブあぶら ノンエッグマヨネーズ コーンスターチ さとう	622	25.7
14 木	むぎごはん		チキンカレー フレンチサラダ チーズ	牛乳 とりにく とうにゅう チーズ	にんじん たまねぎ ニンニクショウガ キャベツ レタス コーン	米 じゃがいも こむぎこ あぶら フレンチドレッシング コーンドレッシング	625	24.7
15 金	ちゅうかめん		ちゃんぽんめんじる だいずとごさかなのあげに オレンジ	牛乳 ぶたにく あさり かまぼこ だいず かえりにほし	にんじん たまねぎ もやし キャベツ きくらげ ニンニク オレンジ	ちゅうかめん あぶら かたくりこ さとう ごま	608	28.7
18 月	ごはん ふりかけ(さけ)		コンソメスープ ハンバーグ・ケチャップソース いりたまごあえ	牛乳 とりにく ぶたにく さけ たまご	にんじん たまねぎ コーン パセリ セロリー ニンニク トマト ほうれんそう キャベツ	米 じゃがいも オリーブあぶら さとう ごまあぶら	611	25.4
19 火	ごもくごはん		さばのこうみソースがけ ごまあえ おいわいイチゴゼリー	牛乳 とりにく あぶらあげ みそ とうにゅう	にんじん ごぼう いんげん ながねぎ はくさい こまつな いちご	米 さとう あぶら かたくりこ ごま	676	24.1
							810	31.0

*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。

