













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
両神小学校

| 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 ココナツヨカ 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 ココナツヨカ 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 ホウサイチク ココナツヨカ 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 おいわいいちこゼリー | 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。

