

令和8年 3月小学校学校給食献立表

北部共同調理場(電話:269-7082)

日	曜	 こんだてめい 食材等の都合により献立が変わることがあります。		食品のほたらき						栄養価 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) しじょう(g) えんぷん(g)	
				おもにエネルギーのもとになる食品(きいろ)		おもにからだをつくるもとになる食品(あか)		おもにからだのちょうしをととのえるもとになる食品(みどり)			
2	月	ゆめロール	ジョア	チキンのチーズ焼き ジャーマンポテト ミネストローネ	パン じゃがいも マカロニ	油	とり肉 ベーコン ウインナー	ジョア チーズ	にんじん トマト パセリ	たまねぎ だいこん セロリ	603 24.5 20.3 2.6
3	火	行事食：ひなまつり	牛乳	えびフライ【ソ】 わかめのみそ汁 野菜のあえもの 三色ゼリー	ごはん さとう じゃがいも ゼリー	油 ごま	えび とうふ みそ	牛乳 わかめ	ほうれんそう にんじん	もやし だいこん ねぎ	609 19.1 14.3 3.2
4	水	背割り コッパン	牛乳	フランクマトソースかけ マカロニサラダ コンソメスープ	パン さとう マカロニ	油 ドレッシング マヨネーズ	フランクフルト ベーコン	牛乳	にんじん	たまねぎ きゅうり コーン キャベツ	598 23.5 25.5 3.5
5	木	ごはん	牛乳	さばのおかか煮 きんぴら tonton汁	ごはん すいとん さとう	ごま バター 油	さば さつま揚げ ぶた肉 おかか とうふ 油あげ ミートボール みそ	牛乳	にんじん	ごぼう しいたけ こんにやく だいこん ねぎ しめじ しょうが	632 25.9 19.1 2.2
6	金	ごはん	牛乳	二色そばろ うま塩もやし 呉汁	ごはん さとう	油 ドレッシング	とり肉 たまご 大豆 ぶた肉 油あげ みそ	牛乳	にんじん	しょうが もやし きゅうり だいこん ごぼう ねぎ	618 27.3 20.4 2.4
9	月	ごはん	牛乳	かぼちゃひき肉フライ 昆布づけ たんたん 坦々スープビーフン入り	ごはん ビーフン さとう	油 ごま ごま油	ぶた肉 豆乳 みそ	牛乳 こんぶ	かぼちゃ	キャベツ だいこん きゅうり たまねぎ はくさい ねぎ にんにく しょうが	656 20.2 23.8 2.4
10	火	麦ごはん	牛乳	ポーク&フィッシュカレー 海藻サラダ ヨーグルト	麦ごはん じゃがいも	油 ドレッシング	ぶた肉 さば みそ	牛乳 海藻 ヨーグルト	にんじん	たまねぎ しょうが にんにく きゅうり もやし	684 22.7 19.5 2.9
11	水	ごはん	牛乳	わかどり 若鶏のから揚げ(2) のり酢あえ いなかに 田舎汁	ごはん さとう かたくり じゃがいも	油 ごま油	とり肉 油あげ とうふ みそ	牛乳 のり	ほうれんそう にんじん	しょうが もやし だいこん ねぎ	669 28.0 25.6 2.4
12	木	ごはん ふりかけ	牛乳	まえばし野菜のふりかけ トマトオムレツ 香味づけ 鶏だんご汁	ごはん	ごま	たまご とりだんご 厚あげ	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり だいこん しめじ しょうが ねぎ	582 23.2 19.1 2.7
13	金	ココアパン	牛乳	たこメンチ ごぼうサラダ クリームスープ	パン じゃがいも	油 ドレッシング	たこ ウインナー	牛乳	にんじん	ごぼう きゅうり だいこん コーン たまねぎ	691 24.5 28.6 3.0
16	月	麦ごはん	牛乳	ビーンズハヤシ チーズサラダ グレーゼリー	麦ごはん じゃがいも ゼリー	油 ドレッシング	ぶた肉 ひよこめ	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ にんにく、 マッシュルーム だいこん きゅうり コーン	720 22.1 22.7 2.1
17	火	ごはん	牛乳	チーズハンバーグデミソースかけ コーンサラダ とうにゅう 豆乳みそスープ	ごはん さとう	油 ごま ドレッシング ごま油	ハンバーグ とりにく とうふ 豆乳 みそ	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン だいこん にんにく	653 23.6 24.3 2.9
18	水	ラーメン	牛乳	じゃがそばろ肉まん 小松菜のナムル ごもく 五目うま煮ラーメンスープ	ラーメン かたくり さとう じゃがいも	ごま油 ドレッシング	ぶた肉 なると	牛乳	ごまつな にんじん	もやし キャベツ たけのこ たまねぎ ねぎ しいたけ にんにく	599 26.0 14.6 4.3
19	木	ごはん	牛乳	ほきみそフライ キャベツのおひたし とんじる 豚汁	ごはん じゃがいも	油	ほき ぶた肉 とうふ みそ	牛乳	にんじん	キャベツ もやし だいこん ごぼう ねぎ こんにやく	570 23.6 17.6 1.8
23	月	卒業祝い ごはん	牛乳	かんこくふうやきにく 韓国風焼肉 春雨サラダ わかめスープ ガトーショコラ	ごはん さとう はるさめ ガトーショコラ	油 ごま ごま油	ぶた肉 なると とうふ	牛乳 わかめ	赤ピーマン にんじん	たまねぎ ねぎ にんにく しょうが きゅうり もやし キャベツ	631 23.2 20.1 2.6
24	火	 卒業式									
25	水	黒パン	牛乳	にくだんご 肉団子たれつき(2) 三色サラダ すい 水ギョーザスープ	パン	ごま油 ドレッシング	肉だんご ぎょうざ なると	牛乳	にんじん	きゅうり もやし たまねぎ たけのこ ねぎ しいたけ	594 22.1 20.5 2.8
										632 23.7 21.0 2.7	
☆()の数ほもりつけ数です ☆(ソ)はソースが別につきます										月平均栄養量	

3月の行事食

～ひなまつり～

女の子の健康と幸せを願うものです。給食では「ちらしずし」や縁起物とされている「えび」を使用したメニューに三色ゼリーを組み合わせました。

～卒業祝い献立～

リクエストの声が多い、韓国風焼肉、春雨サラダ、そこにガトーショコラを組み合わせた、お祝いメニューです。

【今月の前橋産の食材】

米 きゅうり ねぎ
キャベツ ごまつな
はくさい など