

令和7年 3月分学校給食献立予定表



※牛乳は毎日200mlが1本つきます。

波佐見町立学校給食センター

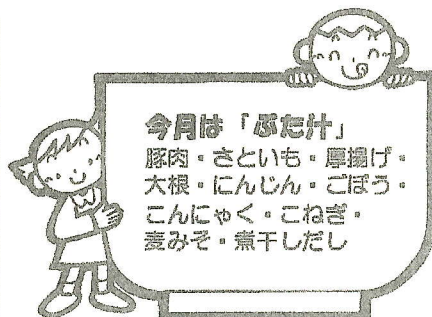
日付 曜日	こ ん だ て		主 な 働 き と 材 料 名						栄養価	
			体をつくるものとなる		体の調子を整えるものとなる		エネルギーのもととなる		エネルギー(kcal)	
	主食	お か ず	赤の仲間の食品		緑の仲間の食品		黄色の仲間の食品		たんぱく質(g)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	小学校	中学校
3月	ちらしずし (錦糸卵)	すまし汁 魚のフライ ひなあられ	豆腐 かまぼこ ホキフライ 錦糸卵	牛乳	にんじん ほうれん草	たまねぎ ごぼう 干し大根 しいたけ	米 さとう ひなあられ	油	629	758
4火	ごはん	マーボー豆腐 パンサンスー	ぶた挽肉 豆腐	牛乳	にんじん こねぎ	たまねぎ きゅうり	米 春雨 さとう	ごま ごま油	616	763
5水	麦ごはん	ぶた汁 きびなごの南蛮漬 りんご	ぶた肉 厚揚げ 麦みそ	牛乳 きびなご	にんじん ピーマン こねぎ	たまねぎ 大根 ごぼう こんにゃく りんご	米 麦 さといも さとう	油	584	715
6木	米粉パン	イタリアンスープ スパイシーチキン 塩もみきゅうり	とり肉 ベーコン 卵	牛乳 粉チーズ	にんじん トマト水漬	たまねぎ きゅうり レタス コーン レモン汁	米粉パン パン粉 小麦粉 でん粉	油	588	789
7金	ごはん	肉みそおでん おひたし (中)いわしの生姜煮	とり挽肉 天ぷら 棒天 厚揚げ	牛乳 米みそ	にんじん ほうれん草 いんげん	キャベツ 大根 こんにゃく	米 さといも さとう	油	561	791
10月	黒砂糖パン	米粉と豆乳のポタージュ かぼちゃフライ フレンチサラダ	とり肉 豆乳 白大豆ペースト	牛乳	にんじん パセリ かぼちゃフライ	たまねぎ キャベツ きゅうり 黄ピーマン	黒砂糖パン じゃがいも 米粉 さとう	油	580	758
11火	ごはん	肉じゃが 酢みそあえ	牛肉 厚揚げ 米みそ	牛乳 わかめ	にんじん いんげん	たまねぎ きゅうり つきこんにゃく	米 じゃがいも さとう	ごま	576	711
12水	赤飯	春雨汁 とり肉のから揚げ 紅白なます プリントルト	とり肉 小豆 豆腐 なると	牛乳 わかめ プリントルト	にんじん こねぎ	たまねぎ 大根 しめじ	米 春雨 でん粉 さとう	黒ごま 油	718	862
13木	ナン	野菜スープ キーマカレー 型抜きチーズ (中)バナナ	とり肉 ぶた挽肉 大豆 レッドキドニー	牛乳 チーズ	にんじん ピーマン	たまねぎ キャベツ セロリ コーン (中)バナナ	ナン	カレールウ 油	511	717
14金	麦ごはん	打ち込み汁(香川県産料理) 厚焼き卵 きんぴら	とり肉 ぶた肉 厚焼卵 麦みそ	牛乳 米みそ	にんじん いんげん こねぎ	大根 白菜 ごぼう れんこん しいたけ	米 麦 うどん さとう	ごま油 油	587	-
17月	ごはん	チンゲン菜のスープ 揚げぎょうざ きゅうりの中華あえ	ぶた肉 ぎょうざ	牛乳	にんじん チンゲン菜	たまねぎ きゅうり	米 春雨 さとう	ごま油 油	576	732
18火	麦ごはん	すいとん 厚焼き卵 ごまあえ	とり肉 油揚げ 厚焼卵	牛乳	にんじん 小松菜 こねぎ	大根 もやし ごぼう	米 麦 小麦粉 白玉粉 さとう	ごま 練りごま 油	-	732
19水	ごはん	みそ汁 さんまのみぞれ煮 ひじきあえ	豆腐 油揚げ さんまのみぞれ煮 麦みそ	牛乳 わかめ しそひじき	にんじん ほうれん草 こねぎ	たまねぎ ほうれん草	米 じゃがいも	油	598	735
20木	春分の日									
21金	ごはん	ポークカレー コースローサラダ ムース	ぶた肉	牛乳	にんじん	たまねぎ キャベツ コーン グリンピース すりおろしりんご	米 じゃがいも さとう ムース	カレールウ 油	601	723

今月使用予定の地元産の食材

豆腐・厚揚げ・麦みそ(地元の業者さんの製造)

にんじん・キャベツ・きゅうり・ほうれん草・しめじ・わかめ・煮干しは、県内産を使用予定です。

※12日の赤飯には、中央小学校の5年生が育てたもろ米も使用します。



今月は「ぶた汁」
豚肉・さといも・厚揚げ・大根・にんじん・ごぼう・こんにゃく・こねぎ・麦みそ・煮干しだし

新学期の予定

4月 8日(火) 始業式
中学2・3年生のみ給食開始
9日(水) 小学2～6年生給食開始
10日(木) 小学1年生給食開始
16日(水) 小学1年生給食開始

※給食着やマスク等、忘れないようにしましょう。