

令和7年度 3月学校給食予定献立表（小学校）



★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。
 ※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。
 ※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

東部学校給食センター 0957-22-6777

ひ に ち	よ う び	こ ん だ て め い	含 ま れ る ア レ ル ギ ン	ざ い り ょ う					エネルギー kcal	
				血や肉のもとになる		体の調子をととのえる		熱や力のもとになる		たんぱく質 g
				肉・魚・卵・豆 豆製品	牛乳・小魚 海藻	色のこい野菜	色のうすい野菜 くだもの・きのこ	こく類・いも類 さとう	脂質	
2月	ごはん							米		611 29.4
	牛乳	乳		牛乳						
	うま煮	小麦、大豆、鶏肉、魚	鶏肉 厚揚げ 揚げかまぼこ		にんじん いんげん	こんにゃく たまねぎ	じゃがいも さとう	油		
	魚の香味焼き	小麦、ごま、大豆、魚	あじ			しょうが		ごま油		
	きゅうりとわかめの酢の物	小麦、ごま、大豆		わかめ		きゅうり	さとう	ごま		
3月	麦ごはん							米 麦		618 22.9
	牛乳	乳		牛乳						
	ヒカド	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉		にんじん こねぎ	だいこん しいたけ	さつまいも でん粉			
	和風ハンバーグ	小麦、大豆、鶏肉、豚肉	国産ミート ハンバーグ				でん粉 さとう			
	ほうれん草のごまあえ	小麦、ごま、大豆			ほうれんそう にんじん	もやし	さとう	ごま		
4月	麦ごはん							米 麦		597 24.0
	牛乳	乳		牛乳						
	五目スープ	小麦、大豆、鶏肉、豚肉	豚肉 豆腐		にんじん こねぎ	たまねぎ たけのこ きくらげ しょうが	でん粉			
	鶏肉とレバーのアーモンドがらめ	小麦、大豆、鶏肉、ナッツ、アーモンド	レバー竜田揚げ 鶏肉		ピーマン にんじん	たまねぎ	でん粉 さとう	油 アーモンド		
5月	麦ごはん							米 麦		627 26.1
	牛乳	乳		牛乳						
	だんご汁	小麦、大豆	油揚げ みそ		にんじん	だいこん ごぼう 深ねぎ	ひとくちいももち さといも			
	揚げ魚のレモンソースかけ	小麦、大豆、魚	ほき			レモン	でん粉 さとう	油		
	豚肉とピーマンの炒め物	小麦、ごま、大豆、豚肉	豚肉		ピーマン	キャベツ えのきたけ		ごま油		
6月	小コッパン	小麦、乳、大豆						コッパン		589 21.4
	牛乳	乳		牛乳						
	スパゲッティナポリタン	小麦、大豆、鶏肉、豚肉、りんご	豚肉 ウィンナー		にんじん ピーマン	たまねぎ しめじ にんにく	スパゲッティ	オリーブ油		
	アスパラサラダ	小麦、ごま、大豆			アスパラガス にんじん	きゅうり キャベツ	さとう	油 ごま		
	いちごジャム	果物					いちごジャム			
9月	ごはん							米		644 19.7
	牛乳	乳		牛乳						
	春雨スープ	小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉	豚肉		にんじん こねぎ	しいたけ しょうが たまねぎ キャベツ	春雨	ごま油		
	春巻き	小麦、大豆、豚肉					春巻き	油		
	ハムともやしの炒め物	ごま、大豆	ハム			もやし	さとう	油 ごま油 ごま		
10月	麦ごはん							米 麦		624 28.0
	牛乳	乳		牛乳						
	トック	小麦、ごま、大豆、鶏肉	鶏肉		にんじん	たまねぎ たけのこ しいたけ 深ねぎ しょうが	トック	ごま油		
	ビビンバ 肉	小麦、大豆、豚肉	豚肉			にんにく	さとう			
	ビビンバ ナムル	小麦、ごま、大豆			ほうれんそう	もやし		ごま ごま油		
	りんご	りんご、果物				りんご				

令和7年度 3月学校給食予定献立表（小学校）



★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。
 ※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。
 ※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

東部学校給食センター 0957-22-6777

ひ に ち	よ う び	こ ん だ て め い	含 ま れ る ア レ ル ギ ー	ざ い り ょ う					エネルギー kcal	
				血や肉のもとになる		体の調子をととのえる		熱や力のもとになる		たんぱく質 g
				肉・魚・卵・豆 豆製品	牛乳・小魚 海藻	色のこい野菜	色のうすい野菜 くだもの・きのこ	こく類・いも類 さとう	脂質	
11	水	麦ごはん						米 麦	614 21.3	
		牛乳	乳	牛乳						
		肉じゃが	小麦、大豆、豚肉	豚肉	にんじん きぬさや	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも さとう			
		ししゃもフライ	小麦、大豆、魚、 魚卵		子持ち ししゃもフライ			油		
		彩りきんぴら	小麦、ごま、大豆		にんじん いんげん	ごぼう	さとう	ごま ごま油		
12	木	麦ごはん						米 麦	605 24.2	
		牛乳	乳	牛乳						
		豚汁	大豆、豚肉	豚肉 厚揚げ みそ	にんじん かねぎ	だいこん こんにゃく ごぼう	じゃがいも			
		鶏のから揚げ	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉		しょうが	でん粉	油		
		昆布あえ	小麦、大豆		こんぶ	キャベツ きゅうり				
13	金	パン	小麦、乳、大豆、 果物					パン	627 29.1	
		牛乳	乳	牛乳						
		チリコンカン	小麦、牛肉、大豆、 鶏肉、豚肉、りんご	合挽肉 大豆	にんじん	たまねぎ にんにく		油		
		オムレツ	卵	オムレツ						
		野菜ソテー	小麦、大豆、豚肉	ベーコン		キャベツ もやし		油		
16	月	ごはん						米	648 21.6	
		牛乳	乳	牛乳						
		ポークカレー ルウ	小麦、大豆、豚肉、 りんご	豚肉	にんじん	たまねぎ りんご	じゃがいも	油		
		ごまドレッシングサラダ	小麦、ごま、大豆			きゅうり キャベツ とうもろこし	さとう	油 ごま		
		お祝いクレープ	大豆				お祝いクレープ			
17	火	卒業式 								
18	水	麦ごはん						米 麦	595 24.6	
		牛乳	乳	牛乳						
		にらたま汁	小麦、卵、大豆、魚	はんぺん 豆腐 卵	にんじん にら	たまねぎ	でん粉			
		かぼちゃコロッケ	小麦、大豆		かぼちゃコロッケ			油		
		ツナと野菜の炒め物	小麦、ごま、大豆、 魚	まぐろ油漬 フレーク	ほうれんそう にんじん	キャベツ	さとう	ごま油		
19	木	麦ごはん						米 麦	631 25.8	
		牛乳	乳	牛乳						
		麻婆豆腐	小麦、ごま、大豆、 豚肉	豆腐 豚肉 みそ	にんじん	たまねぎ しいたけ 深ねぎ しょうが	さとう でん粉	油 ごま油		
		揚げぎょうざ	小麦、大豆、豚肉	ギョーザ				油		
		もやしの炒め物	小麦、ごま、大豆		にんじん ピーマン	もやし		ごま油		
23	月	ごはん						米	603 20.8	
		牛乳	乳	牛乳						
		さつまい	大豆、鶏肉	厚揚げ 鶏肉 みそ	にんじん かねぎ	こんにゃく ごぼう	さつまいも			
		いわしみぞれ煮	小麦、大豆、魚	いわしみぞれ煮						
		野菜のみみ漬け	小麦、大豆		にんじん	キャベツ きゅうり	さとう			