


令和6年3月分献立予定表

—小・中学校—

日曜	主食	牛乳	主菜・副菜	デザート	おもにエネルギーのもとになる食品		おもに体をつくるもとになる食品		おもに体の調子を整えるもとになる食品		家庭でとりたい食べ物
					たんすいかぶつ 炭水化物	しじつ 脂質	たんぱく質	むきしつ 無機質	ビタミン・無機質		
ひな祭り献立											
1 金	砂丘らっきょう ちらし寿司	○	竹輪の磯辺揚げ ゆばのすまし汁 炒りどり		こめ さとう こむぎこ かたくりこ こんにゃく	あぶら	あぶらあげ ちくわ ゆば とうふ とりにく	ぎゅうにゅう あおさ	にんじん たけのこ ほししいたけ かんぴょう コーン えだまめ らっきょう はくさい ねぎ ごぼう しょうが いんげん	くだもの類	
4 月	ごはん	○	ジャージャー豆腐 中華スープ 入学いも		こめ さとう かたくりこ さつまいも	あぶら ごま	あつあげ ぶたにく かまぼこ	ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん ごまつな しょうが たけのこ きくらげ もやし ちんげんさい	海そう類 くだもの類	
5 火	コッペパン	○	白身魚の香草焼き クリームシチュー 北菜野菜のバターソテー		パン パンこ こむぎこ じゃがいも マカロニ	バター あぶら	ほき	ぎゅうにゅう チーズ なまクリーム	パセリ たまねぎ にんじん フロッキー ほうれんそう キャベツ コーン	豆類 海そう類 くだもの類	
6 水	ごはん	○	若鶏肉の白ねぎダレかけ けんちん汁 砂丘ながいものサラダ		こめ さとう こんにゃく かたくりこ じゃがいも	あぶら	とりにく とうふ かまぼこ	ぎゅうにゅう	しろねぎ にんじん ごぼう ねぎ だいこん キャベツ フロッキー	海そう類 くだもの類	
7 木	ごはん	○	とんかつ 北菜野菜カレー コールスローサラダ	ちゅう (中) 大風呂敷	こめ パンこ こむぎこ かたくりこ さつまいも じゃがいも (中) おおぶろしき	あぶら ドレッシング	ぶたにく ぎゅうにく	ぎゅうにゅう	たまねぎ しろねぎ にんじん にんにく いんげん なし キャベツ きゅうり コーン	豆類 海そう類	
8 金	ごはん	○	スタミナ納豆 さつまい れんこんさんぴら		こめ さとう さつまいも こんにゃく	ごまあぶら あぶら	なっとう みそ とりにく あぶらあげ さつまあげ	ぎゅうにゅう	しょうが にんにく しろねぎ だいこん にんじん れんこん いんげん ねぎ	海そう類 くだもの類	
11 月	ごはん	○	白身魚のレモンマリネ 竹輪のすまし汁 青菜ののり酢和え		こめ さとう かたくりこ	あぶら	ほき ちくわ とうふ まぐろ	ぎゅうにゅう のり	にんにく しょうが レモン みずな だいこん にんじん えのきたけ ねぎ ごまつな もやし		
12 火	きなこ揚げパン	○	鶏団子とはくさいのスープ カラフルポテトサラダ		パン さとう じゃがいも	あぶら ノンエッグマヨ ネーズ	きなこ ハム とりにく	ぎゅうにゅう	はくさい にんじん だいこん ほししいたけ コーン フロッキー	海そう類 くだもの類	
13 水	ごはん	○	さけのムニエル 北菜キャベツのとん汁 さつまいもとひじきの煮物		こめ さとう こむぎこ さつまいも こんにゃく	バター あぶら	さけ みそ ぶたにく	ぎゅうにゅう ひじき	パセリ キャベツ だいこん にんじん ごぼう えのきたけ ねぎ いんげん	くだもの類	
14 木	ごはん	○	北菜特製からあげ じゃがいものみそ汁 干草和え	しょう (小) 大風呂敷	こめ かたくりこ じゃがいも (小) おおぶろしき	あぶら ごまあぶら	とりにく あぶらあげ みそ ハム	ぎゅうにゅう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ねぎ ごまつな もやし	海そう類 くだもの類	
15 金	ごはん	○	さわらの白みそ焼き 五目春雨スープ たことわかめの酢の物		こめ さとう はるさめ こんにゃく	ごまあぶら ごま	さわら みそ たこ ベーコン	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん きくらげ ねぎ はくさい キャベツ	くだもの類	
18 月	ごはん	○	あじの砂丘らっきょうあんかけ 肉じゃが 大根の香り和え		こめ さとう こむぎこ かたくりこ じゃがいも こんにゃく	あぶら	あじ ぶたにく	ぎゅうにゅう	らっきょう たまねぎ しろねぎ にんじん えだまめ だいこん キャベツ しそ	豆類 海そう類 くだもの類	
食育の日											
19 火	コッペパン	○	肉団子のデミグラスソースかけ ABCマカロニスープ ジャーマンポテト		パン さとう マカロニ じゃがいも		ぶたにく とりにく ウインナー ベーコン	ぎゅうにゅう	しょうが にんにく トマト だいこん にんじん しろねぎ しめじ パセリ たまねぎ	豆類 海そう類 くだもの類	
21 木	ごはん	○	若鶏肉のごまダレかけ もすくすまし汁 厚揚げとキャベツのみそ炒め		こめ さとう かたくりこ	ごま あぶら	とりにく とうふ みそ あつあげ	ぎゅうにゅう もすく	ねぎ だいこん にんじん ねぎ キャベツ しろねぎ ピーマン	くだもの類	

※献立及び食材は、都合により変更することがあります。太字の食材は、北栄町産の食材です。 北栄町学校給食センター TEL 36-3244 担当：栄養教諭