

令和7年 3月 学校給食詳細献立表

日	牛乳	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他
3月	○	ねぎ塩豚丼	豚肉	精白米, 押麦, 大豆油, ごま油	にんにく, 玉葱, ねぎ, もやし, にら, レモン果汁	食塩, 白胡椒
		みそ汁	厚削り, 白みそ, 赤みそ, わかめ		玉葱, キャベツ	
4火	○	高菜チャーハン	豚肉	精白米, 粒麦, 大豆油, 上白糖, ごま油, 白炒りごま	しょうが, 人参, ねぎ, たかな漬	醤油, チキストック
		トビ団子の春雨スープ	トビウオ	片栗粉, 緑豆春雨	しょうが, ねぎ, 白菜, たけのこ, 干し椎茸, さやいんげん	酒, 食塩, チキストック, 白胡椒, 醤油
		フルーツポンチ			りんご缶, 黄桃缶, みかん缶, パイン缶	
5水	○	スパゲティ・ソース	豚肉	スパゲティ, 米油, 大豆油, 薄力粉	にんにく, しょうが, 玉葱, 人参, えりんぎ, 青ピーマン, トマトピューレ	チキストック, トマトチャップ, ウスターソース, 食塩, 白胡椒, 赤ワイン
		フライド・ピーズ・サラダ	大豆	片栗粉, 大豆油, 上白糖, ごま油	キャベツ, もやし, 人参	醤油, 穀物酢
		りんご			りんご	
6木	○	ご飯		精白米		
		コロッケ	豚肉	大豆油, じゃがいも, パン粉, 薄力粉	玉葱, 人参	食塩, 白胡椒, 中濃ソース
		野菜炒め	豚肉	大豆油	しょうが, 人参, キャベツ, もやし	液体塩こうじ, 醤油, 白胡椒
		みそ汁	厚削り, 厚揚げ, 白みそ, 赤みそ		玉葱, さやいんげん	
7金	○	ちらし寿司	鶏肉, ★錦糸卵	精白米, 上白糖, 白炒りごま, 大豆油	人参, れんこん, 干し椎茸, 枝豆	穀物酢, 食塩, 醤油
		すまし汁 桜餅(やたけ・関東風)	厚削り, 油揚げ あずき(乾)	薄力粉, 上白糖, 白玉粉, くずでん粉, 水あめ	大根, 人参, 小松菜	食塩, 醤油 食塩
10月	○	ターメリック・クリーム・ソースがけ	鶏肉, 牛乳, 粉チーズ	精白米, 大豆油, 薄力粉	玉葱, 人参, えりんぎ, グリーンピース	ターメリック, チキストック, 食塩, 白胡椒
		枝豆サラダ		大豆油	枝豆, キャベツ, コーン缶, 玉葱	穀物酢, 食塩, 白胡椒, バジル
11火	○	アルファ化米わかめご飯		アルファ米わかめご飯		
		厚揚げのそぼろ煮	鶏肉, 冷凍厚揚げ, 厚削り	大豆油, 上白糖, 片栗粉	しょうが, 玉葱, 人参, たけのこ, 干し椎茸, グリーンピース	本みりん, 醤油, 食塩
		切干大根サラダ		上白糖, ごま油, 大豆油	切干大根, キャベツ, きゅうり, 人参	穀物酢, 醤油
		ピスコ		ピスコ		
12水	○	きなこ揚げパン	きな粉	コップパン, 大豆油, 上白糖		食塩
		ピーンズ・トマト・シチュー	鶏肉, 白いんげん豆・ピューレ, 大豆	大豆油, 米粉	にんにく, 玉葱, 人参, えりんぎ, トマト, トマト缶, さやいんげん	チキストック, トマトチャップ, 食塩, 白胡椒
		コーンサラダ		大豆油	キャベツ, コーン缶, 人参, 玉葱	穀物酢, 食塩, 白胡椒, バジル
13木	○	ジャージャー麺	豚肉, 赤みそ	中華めん, 大豆油, 上白糖, ごま油, 片栗粉	にんにく, しょうが, 干し椎茸, 玉葱, 人参, たけのこ, もやし, きゅうり	チキストック, 醤油, 酒, トウバン・ジャン
		かんもチャップ		さつまいも, 大豆油		食塩
		オレンジ			オレンジ	
14金	○	ご飯		精白米		
		魚のカレー焼き	メジ	上白糖, 薄力粉, 大豆油	しょうが	醤油, 酒, 食塩, カレー粉
		ひじきと大根の甘辛炒め	鶏肉, ひじき	大豆油, つきこんにゃく, 上白糖	しょうが, 人参, 大根	本みりん, 醤油
		みそ汁	厚削り, 冷凍豆腐, 白みそ, 赤みそ		なめこ, 玉葱, さやいんげん	
17月	○	ご飯		精白米		
		和風ハンバーグ	鶏肉, ｻｳｼﾞﾝ, ひじき, 白みそ	ごま油, 大豆油, 上白糖, 片栗粉	しょうが, ごぼう, ねぎ, れんこん	本みりん, 醤油
		ジャガ芋のきんぴら		大豆油, つきこんにゃく, じゃが	人参	本みりん, 醤油
18火	○	みそ汁	厚削り, 白みそ, 赤みそ		白菜, えのき, さやいんげん	
		カレーライス	鶏肉	精白米, 押麦, 大豆油, じゃがいも, 薄力粉	にんにく, しょうが, 玉葱, 人参, えりんぎ, グリーンピース	チキストック, ベリー・パウダー, トマト・チャップ, ウスターソース, 醤油, オールスパイス, 食塩, 白胡椒, カレー粉
		パリパリサラダ		ワタの皮, 大豆油, 上白糖, ごま油	コーン缶, キャベツ, もやし, 人参	醤油, 穀物酢
19水	○	ごまじゃこご飯	じゃこ	精白米, 粒麦, 白炒りごま		
		鶏肉じゃが	鶏肉, 厚削り	大豆油, つきこんにゃく, 上白糖, じゃがいも	玉葱, 人参, 干し椎茸, さやいんげん	本みりん, 醤油, 食塩
		ゆかり和え		上白糖	白菜, 人参, 大根	穀物酢, 食塩, ゆかりご飯の素
21金	○	麻婆豆腐丼	豚肉, 冷凍豆腐, 赤みそ	精白米, 押麦, 大豆油, 上白糖, ラー油, 片栗粉	にんにく, しょうが, 人参, たけのこ, 玉葱, 干し椎茸, ねぎ, グリーンピース	チキストック, 醤油, 酒, トウバン・ジャン
		わかめと大根のスープ	豚肉, わかめ	ごま油	人参, 大根, しょうが	チキストック, 食塩, 醤油, 酒
24月	○	カラフルポーク丼	豚肉, ★たまご	精白米, 粒麦, 片栗粉, 大豆油, 上白糖	にんにく, 玉葱, 人参, 赤ピーマン, さやいんげん	醤油, 酒, 食塩, オイスターソース, チキストック, 穀物酢
		みそ汁	厚削り, 白みそ, 赤みそ		人参, 玉葱, もやし	