

令和6年度

給食回数13回

3月 献立表

佐野市立南部学校給食センター

日 曜	献立名	主 な 材 料			小学校		
		体をつくるもとになる	体の調子を整えるもとになる	エネルギーのもとになる	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
		あ か	み どり	き い ろ	650	26.0	18.0
3 月	ごはん とり肉の照焼き しもつかれ じゃがいものみそ汁 ひなまつりゼリー (ももとりんごと豆乳のゼリー)	とり肉 大豆 牛乳 油揚げ さけ わかめ 豆乳	にんじん だいこん たまねぎ もも果汁 りんご果汁	ごはん じゃがいも さとう	639	23.2	16.4
4 火	もち麦ごはん 具だくさんマーボー豆腐 ポークしゅうまい(2個) ほうれん草のナムル (中)チーズ	豆腐 豚肉 牛乳 ハム (中)チーズ	にんじん ねぎ だけのこ ほうれんそう しいたけ たまねぎ もやし	大麦 ごはん 油 さとう でん粉 ごま油 小麦粉 ごま	685	29.0	22.7
5 水	ミニチョコチップパン ペンネミートソース オムレツ ブロッコリーサラダ	豚肉 卵 牛乳 ハム	にんじん たまねぎ グリンピース ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	パン チョコチップ 油 マカロニ ごま ドレッシング	662	24.6	25.1
6 木	◆日本味めぐり～高知県～◆ ごはん かつおフライ(小袋ソース) ぐる煮 にらとえのきのスープ	かつお 牛乳 厚揚げ とり肉	にんじん だいこん たまねぎ にら ごぼう えのきたけ	ごはん パン粉 油 さといも さとう	626	25.0	17.1
7 金	パンフキンコッペパン ポテトのチーズ煮 ミートボールスープ フルーツヨーグルトあえ	ベーコン 牛乳 とり肉 チーズ 豚肉 ヨーグルト	かぼちゃ だまねぎ キャベツ にんじん りんごのさとうづけ こまつな もも缶 バイン缶 みかん缶	パン じゃがいも バター さとう	629	24.7	17.6
10 月	ごはん チキンカレー かふうサラダ (小)豆乳/パンナコッタ(いちごソースかけ) (中)お祝いいちごケーキ	とり肉 ハム 牛乳 (小)豆乳 (中)生クリーム	にんじん たまねぎ キャベツ きゅうり もやし (小)いちご果汁 (中)いちごピューレ	ごはん さとう 油 じゃがいも ごま油 はるさめ (中)小麦粉	689	18.9	17.6
11 火	ごはん たこメンチ 五目きんぴら 大根のみそ汁	たら たこ 牛乳 豚肉 油揚げ わかめ さつま揚げ	にんじん キャベツ ごぼう だいこん	ごはん パン粉 油 でん粉 さとう	628	22.3	17.6
12 水	ダイスチーズパン ドミグラスソースハンバーグ イタリアンサラダ コーンポタージュ	とり肉 牛乳 豚肉 チーズ ハム 生クリーム	にんじん きゅうり キャベツ たまねぎ とうもろこし	パン さとう バター ドレッシング	693	28.0	30.1
13 木	ごはん さばのみそ煮 小松菜のいそかあえ けんちん汁	さば 牛乳 とり肉 のり 豆腐	こまつな もやし だいこん にんじん ごぼう ねぎ	ごはん 油 さといも	646	24.6	22.0
14 金	ココアコッペパン ハムチーズピカタ フレンチサラダ 野菜スープ 県産ヨーグルト	卵 ハム 牛乳 とり肉 チーズ ヨーグルト	にんじん きゅうり キャベツ ほうれんそう たまねぎ とうもろこし しめじ	パン 油 ドレッシング	673	23.8	28.3
17 月	ごはん ハッシュドポーク 和風ツナサラダ (小)お祝いいちごケーキ (中)豆乳/パンナコッタ(いちごソースかけ)	豚肉 牛乳 ツナ 生クリーム (小)卵 (中)豆乳	にんじん キャベツ しめじ きゅうり たまねぎ グリンピース (小)いちごピューレ (中)いちご果汁	ごはん 油 さとう ごま (小)小麦粉 ドレッシング	741	21.9	26.6
18 火	そつぎょうしき 卒業式						
19 水	ミルクロールパン ス克蘭ブルエッグ チキンサラダ ミネストローネ	卵 牛乳 ウィンナー チーズ とり肉 パーコン	ほうれんそう とうもろこし キャベツ にんじん きゅうり たまねぎ ブロッコリー しめじ トマト缶	パン バター マカロニ ごま さとう ドレッシング	682	30.1	26.7
20 木	しゅんぶん ひ 春分の日						
21 金	ミニ米粉パン 塩ラーメン 春巻き チョレギサラダ アセロラゼリー	豚肉 牛乳 なると のり	にんじん もやし ねぎ きゅうり はくさい とうもろこし キャベツ たまねぎ アセロラ果汁 しいたけ	米粉 パン 油 ちゃんぽんめん ごま 小麦粉 ドレッシング はるさめ	617	21.4	26.8

※献立は都合により変更になることがあります。
 ※保護者の皆様にご負担いただいている給食費は、すべて食材の購入にあてられています。
 ※2・3月分の給食費口座振替日は3月10日です。
 未納とならないよう前日までにご登録の口座へご入金をお願いします。
 ※食べ物を誤飲しないように、ご家庭でもよく噛んで食べることをご指導ください。
 また、給食で使用している魚は大きな骨は取り除いていますが、小骨が残っている
 こともあります。魚を食べる際には、気をつけて食べるようあわせてご指導ください。

今月の『日本味めぐり』は
3月6日(木)高知県です。



**ご卒業
おめでとう
ございます**

卒業生みなさん、ご卒業おめでとう
 ございます。みなさんは、これまでの学
 校生活でたくさんのことを学んできまし
 た。今後、自分自身で食べるものを選ん
 だりつくったりする機会が増えてきます。
 食べることを大切に、元気に充実した
 毎日を送ってください。

**春休みは
家の仕事を
積極的に！**

家庭の仕事は例えば
 配せんや食器の片づけ、
 ごみ出しなどがありま
 す。自分にできること
 を考え、自分の仕事と
 してやってみましょう。

