

3月 献立表(予定)

2024年



給食回数 15回

(中学校)

甘楽町学校給食センター TEL・FAX 74-5072



日 曜	献立名	1群		2群		3群		4群		5群		6群		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	家で食べ てほしい 食品
		たんぱく質	無機質	無機質	カロテン	ビタミン	炭水化物	脂質							
		主食	飲物	おかず		おもに体をつくるものになる食品		おもに体の調子を整えるものになる食品		おもにエネルギーのものになる食品					
1 金	行事食 ひなまつり ちらし寿司			鶏の照り焼き 青菜のおかか和え はんぺんのすまし汁 ひな祭りゼリー	エビ 鶏肉 油揚げ 豆腐 高野豆腐 はんぺん	牛乳 わかめ かつお節	にんじん ★宮内菜	枝豆 もやし 干しいたけ にんにく しょうが ねぎ	米 砂糖 ゼリー	油 ごま	743 35.1		いもるい		
4 月	背割り コッペパン			スラッピージョー 大根サラダ コンソメスープ	豚肉 大豆 ベーコン	牛乳 粉チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ きゅうり ★大根 コーン レモン	パン 砂糖 バン粉 さつまい マカロニ	油 バター	786 35.0		くだもの		
5 火	ご飯			麻婆豆腐 春雨サラダ 杏仁ゼリー (ラクラッシュ)	豚肉 豆腐 大豆	牛乳	にんじん	きゅうり もやし コーン にんにく しょうが だけのこ 干しいたけ ねぎ	米 砂糖 マロニー 片栗粉 ゼリー	油 ごま ごま油	809 28.6		いろのこいせ		
6 水	ご飯			豆腐ハンバーグ おろしソースかけ ひじきの炒め煮 豚汁	豆腐 鶏肉 大豆 豚肉 油揚げ さつま揚げ	牛乳 ひじき	にんじん	たまねぎ ★大根 にんにく 枝豆 ごぼう ししいたけ ねぎ こんにゃく	米 砂糖 バン粉 小麦粉 里芋	油	749 35.9		しゅじつるい		
7 木	きなこ 揚げパン			肉団子トマトソース2個 マカロニサラダ ミネストローネ	きな粉 ツナ 豚肉 鶏肉	牛乳	にんじん トマト	キャベツ きゅうり たまねぎ にんにく コーン	パン 砂糖 バン粉 マカロニ じゃが芋	油 ノンエッグマ ヨネーズ	803 33.7		きのこるい		
8 金	麦ご飯			チキンカレー 海藻サラダ 不知火 (しらぬい)	鶏肉	牛乳 海藻	にんじん	キャベツ きゅうり もやし たまねぎ りんご にんにく しょうが しらぬい	米 砂糖 じゃが芋 ★菊芋	油	774 24.3		ぎよかいるい		
11 月	パーカーハウス			白身魚フライ コールスローサラダ ★ABCスープ	ホキ ハム 鶏肉	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ 枝豆 コーン	パン 砂糖 バン粉 小麦粉 じゃが芋 マカロニ	油 ノンエッグマ ヨネーズ	804 34.8		まめるい		
12 火	中学校 卒業お祝い献立 赤飯 ごま塩			えびのオーロラソースかけ 青菜の磯香和え 沢煮椀 お祝いいちごゼリー	ささげ エビ なると 豆乳	牛乳 のり	★宮内菜 にんじん 水菜	もやし キャベツ だけのこ 干しいたけ	もち米 小麦粉 砂糖 ゼリー	油 ごま ごま油 ノンエッグマ ヨネーズ	733 33.1		こざかな		
13 水	中学校 卒業式														
14 木	ココアパン			チキンナゲット3個 ★シーザーサラダ (クルトン) ミートソースパンネ	鶏肉 豚肉	牛乳 粉チーズ	にんじん トマト 赤ピーマン	キャベツ きゅうり たまねぎ にんにく しめじ	パン 砂糖 小麦粉 パンネ	油 ドレッシング	790 34.4		くだもの		
15 金	ご飯			こんにゃくチャブチエ 五目ワンタン こんにゃくゼリー (りんご・ぶどう)	豚肉 鶏肉 なると	牛乳	にんじん ピーマン にら	たまねぎ キャベツ ねぎ 干しいたけ しらたき もやし	米 砂糖 ワンタン ゼリー	油 ごま油	758 31.3		こざかな		
18 月	コッペパン いちごジャム			野菜クロック イタリアンサラダ 米粉スープ	鶏肉	飲むヨーグルト 牛乳 チーズ	にんじん 赤ピーマン チンゲン菜 かぼちゃ	キャベツ きゅうり たまねぎ しめじ 枝豆	パン 砂糖 小麦粉 小豆粉 じゃが芋 さつまい 米粉 ジャム	油 ドレッシング	751 29.9		ぶたにく		
19 火	桃太郎ご飯			チキン竜田揚げ 小松菜サラダ すまし汁	鶏肉 なると 豆腐	牛乳 わかめ かつお節	にんじん 小松菜	にんにく しょうが きゅうり キャベツ レモン えのき 干しいたけ	米 きび もち米 砂糖 片栗粉	油 ごま	782 40.4		くだもの		
20 水	春 分 の 日														
21 木	しょうゆラーメン (パック中華種)			春巻 棒棒鶏サラダ	豚肉 鶏肉 なると	牛乳	にんじん	きゅうり キャベツ たまねぎ ねぎ だけのこ	中華麺 小麦粉 マロニー 砂糖 春雨	油 ごま ドレッシング	765 31.2		ぎよかいるい		
22 金	カレーピラフ			ポテトグラタン (手作りの) キャベツのスープ	豚肉 ベーコン ウインナー	牛乳 チーズ	にんじん	たまねぎ コーン マッシュルーム キャベツ しめじ	米 麦 じゃが芋 ★菊芋	油 バター	759 28.5		かいそう		
25 月	背割り コッペパン			ウインナー ケチャップソースかけ 焼きそば	ウインナー 豚肉 イカ	牛乳	にんじん ピーマン	キャベツ もやし たまねぎ 干しいたけ	パン 中華麺 砂糖	油	768 33.0		いもるい		

* 材料購入の都合で、献立を変更する場合があります。

☺印は、ハッピーにんじんの日

♣印は、Qカード10ポイント達成したクラスからのリクエストです。

- 7日: きなこあげパン 福島小1年
- 11日: ABCスープ 甘楽中3の1
- 13日: わかめごはん 新屋小6松
- 14日: シーザーサラダ 新屋小5松



1年間ありがとうございました

3月25日で、今年度の給食がおわります。1年間給食センターの給食運営、食育の取組にご理解ご協力をいただきましてありがとうございました。来年度も職員一同、力を合わせて安全でおいしい給食づくり、子どもたちの体と心を育む食育に力を注いでいきたいと思っております。どうぞよろしくお願いたします。

来年度の給食は、4月9日(火)からです。



★印: 甘楽町産有機野菜を表示しています。

中学校月平均	
エネルギー	772 kcal
たんぱく質	32.2 g
脂質	23.7 g
塩分	3.1 g