



# 3月 こんだてひょう(よてい)



2024年

給食回数 15回

(小学校)

甘楽町学校給食センター TEL・FAX 74-5072

日	曜	こんだてめい			しょくひんめい						エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)	家で食べ てほしい 食品	
		しゅしよく	のみ もの	おかず	あか	みどり	きいろ	おもにエネルギーのもとになる食品					
1	金	ぎょうじ食 ひなまつり ちらしずし		とりのてりやき あおなのおかかあえ はんぺんのすましじる ひなまつりゼリー	エビ とりにく あぶらあげ こうやどうふ とうふ はんぺん	ぎゅうにゅう わかめ かつおぶし	にんじん ★みやうちな	えだまめ ほししいたけ にんにく しょうが ねぎ	こめ さとう ゼリー	あぶら ごま	621 31.1	 いもるい	
4	月	せわり コッペパン		スラッピージョー だいこんサラダ コンソメスープ	ぶたにく だいす ベーコン	ぎゅうにゅう こなチーズ	にんじん パセリ	たまねぎ ★だいこん コーン レモン	パン パンこ さとう さつまいも マカロニ	あぶら バター	621 27.9	 くだもの	
5	火	ごはん		マーボーどうふ はるさめサラダ あんにんゼリー (ラクラッシュ)	ぶたにく とうふ だいす	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり もやし コーン しょうが たけのこ ほししいたけ ねぎ	こめ さとう マロニー かたくりこ ゼリー	あぶら ごま ごまあぶら	634 23.1	 いろのこいせいの	
6	水	ごはん		とうふハンバーグ おろしソースかけ ひじきのために とんじる	とうふ とりにく だいす ぶたにく あぶらあげ さつまあげ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん	たまねぎ★だいこん にんにく えだまめ ごぼう しいたけ ねぎ こんにゃく	こめ さとう パンこ こむぎこ さといも	あぶら	635 28.6	 しゅじつるい	
7	木	きなこ あげパン		にくだんごトマトソース マカロニサラダ ミネストローネ	きなこ ツナ ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん トマト	キャベツ たまねぎ にんにく	パン さとう パンこ マカロニ じゃがいも	あぶら ノンエッグマ ヨネーズ	603 25.3	 きのこるい	
8	金	むぎごはん		チキンカレー かいそうサラダ しらぬい	とりにく	ぎゅうにゅう かいそう	にんじん	キャベツ もやし りんご しょうが	きゅうり たまねぎ にんにく しらぬい	こめ むぎ じゃがいも ★さくいも	あぶら	604 19.9	 ぎょかいるい
11	月	パーカーハウス		しろみざかなフライ コールスローサラダ ★ABCスープ	ホキ ハム とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ たまねぎ えだまめ	パン パンこ さとう じゃがいも マカロニ こむぎこ	あぶら ノンエッグマ ヨネーズ	620 27.4	 まめるい	
12	火	せきはん ごましお		えびのオーロラソースかけ あおなのいそかあえ さわにわん	ささげ エビ なると ぶたにく	ぎゅうにゅう のり	★みやうちな にんじん みずな	もやし キャベツ たけのこ ほししいたけ	もちごめ こむぎこ さとう	あぶら ごま ごまあぶら ノンエッグマ ヨネーズ	623 28.0	 こざかな	
13	水	わかめごはん		あつやきたまご きゅうりとキャベツのあさづけ にくじゃが	たまご ぶたにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん いんげん	キャベツ たまねぎ しらたき	こめ さとう じゃがいも ★さくいも	あぶら	588 22.4	 だいすせいひん	
14	木	ココアパン		チキンナゲット2こ ★シーザーサラダ (クルトン) ミートソースパンネ	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう こなチーズ	にんじん トマト あかピーマン	キャベツ たまねぎ にんにく しめじ	パン こむぎこ パンネ	あぶら ドレッシング	661 29.2	 くだもの	
15	金	ごはん		こんにゃくチャブチエ ごもくワントン こんにゃくゼリー (りんご・ぶどう)	ぶたにく とりにく なると	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン にら	たまねぎ キャベツ ほししいたけ しらたき もやし	こめ さとう ワントン ゼリー	あぶら ごまあぶら	593 25.1	 こざかな	
18	月	コッペパン いちごジャム		やさいコロック イタリアンサラダ こめこスープ	とりにく	のむヨーグルト ぎゅうにゅう チーズ	にんじん あかピーマン チンゲンサイ かぼちゃ	キャベツ たまねぎ えだまめ	パン パンこ こむぎこ じゃがいも さつまいも こめこ ジャム	あぶら ドレッシング	629 25.0	 ぶたにく	
19	火	ももたろうごはん		チキンタツタあげ こまつなサラダ すましじる おいわいいちごゼリー	とりにく なると とうふ とうにゅう	ぎゅうにゅう わかめ かつおぶし	にんじん こまつな	にんにく しょうが キャベツ レモン えのき ほししいたけ	こめ きび もちごめ さとう かたくりこ ゼリー	あぶら ごま	618 32.6	 くだもの	
20	水	しゅんぶんのひ											
21	木	しょうゆラーメン (パックゆめうかめん)		はるまき パンパンシーサラダ	ぶたにく とりにく なると	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり たまねぎ ねぎ	キャベツ もやし たけのこ	ちゅうかめん こむぎこ マロニー さとう はるさめ	あぶら ごま ドレッシング	604 24.8	 ぎょかいるい
22	金	しょうがっこう そつぎょうしき											
25	月	せわり コッペパン		ウインナー ケチャップソースかけ やきそば	ウインナー ぶたにく イカ	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	キャベツ たまねぎ ほししいたけ	パン ちゅうかめん さとう	あぶら	628 27.1	 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、Happy-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、今年度の給食が終わりです。1年間給食センターの給食運営、食育の取組にご理解と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います。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。



★印は、甘楽町産有機野菜を表示しています。

### 小学校月平均

エネルギー	619 kcal
たんぱく質	26.3 g
脂質	20.1 g
塩分	2.4 g