

# 3月予定献立表

今月の目標「一年間の反省をしよう」

令和6年度

学校給食センター（垣生小、神郷小、多喜浜小、泉川小、船木小、角野小、船木中、泉川中、角野中）  
給食の予定日は、各学校により異なるため、学校が発行している行事予定をご確認ください。

日 曜 日	献立名	主 な 材 料						その他	エネルギー たんぱく質 上：小学生 下：中学生
		主に体をつくるものとなる赤の食品		主に体の調子を整えるものとなる緑の食品		主にエネルギーのもととなる黄の食品			
		主にたんぱく質（1群）	主に無機質（2群）	主にカロテン（3群）	主にビタミンC（4群）	主に炭水化物（5群）	主に脂質（6群）		
		魚・肉・卵・豆・豆製品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・麺 芋・砂糖	油脂・種実		
3 月	牛乳		牛乳						
	ちらし寿司	油揚げ、えび		人参	ごぼう、干し椎茸、 グリーンピース	米、砂糖		酢、塩、酒、醤油、味噌	595 kcal
	塩からあげ	鶏肉				でん粉、米粉	油	にんにく、生姜、鶏だし、塩、 酒、味噌	23.5 g
	菜の花入り煮びたし		ちりめん	菜の花	白菜、もやし			醤油、味噌	
	はんぺん汁	はんぺん		人参、ねぎ	玉ねぎ、えのきたけ			花かつお(だし用)、醤油、塩	770 kcal
	小のみ ひなあられ 中のみ お祝いゼリー (さくらのジュレ)						あられ ゼリー		28.1 g
4 火	牛乳		牛乳						
	ご飯					米			585 kcal
	さばの香味焼き	鯖			白ねぎ		ごま油	生姜、とうがらし、酒、味噌、 醤油	24.0 g
	アーモンド炒め			チンゲン菜	もやし、コーン		アーモンド、油	塩、コンソメ、鶏だし、胡椒	749 kcal
	田舎汁	油揚げ、味噌		人参、ねぎ	玉ねぎ、大根	ずいどん		煮干(だし用)	27.5 g
5 水	牛乳		牛乳						
	パン					パン			624 kcal
	ツナオムレツ	ツナオムレツ							29.3 g
	キャベツのソテー			人参	キャベツ、コーン		油	鶏だし、塩、胡椒、コンソメ	764 kcal
ポークビーンズ	大豆、白いんげん 豆、豚肉		人参	玉ねぎ	じゃが芋、砂糖		油	酒、トマトピューレ、トマトケ チャップ、シチューミックス(ピ 7用)、塩、鶏だし、コンソメ、ウ スターソース	35.2 g
6 木	牛乳		牛乳						
	ご飯					米			585 kcal
	鶏肉の生姜焼き	鶏肉						生姜、酒、塩、味噌、醤油	24.1 g
	ごぼうサラダ				ごぼう、きゅうり、 コーン		ごまドレッシング、 ごま		770 kcal
	沢煮椀	豚肉、厚揚げ		人参、ねぎ	生椎茸、大根、もやし			酒、塩、胡椒、醤油、花かつお (だし用)	29.7 g
7 金	牛乳		牛乳						
	ご飯					米			622 kcal
	揚げぎょうざ	餃子					油		23.3 g
	もやしのナムル				もやし、枝豆	砂糖	ごま油	酢、醤油、中華だし	799 kcal
豆腐の中華煮	豆腐、豚肉		人参、チンゲン菜	玉ねぎ、きくらげ	砂糖、でん粉	油、ごま油	酒、生姜、にんにく、醤油、鶏 だし、中華だし、オイスター ソース	28.3 g	
10 月	牛乳		牛乳						
	パン					パン			605 kcal
	鶏肉のコチジャン焼き	鶏肉				砂糖	ごま油	生姜、味噌、醤油、コチジャン	27.0 g
	じゃが芋のソテー				枝豆	じゃが芋	油	塩、胡椒、コンソメ	754 kcal
はるさめスープ	肉団子		人参、チンゲン菜	玉ねぎ	春雨、でん粉	ごま油	醤油、鶏だし、中華だし、酒、 塩、胡椒	33.0 g	
11 火	牛乳		牛乳						
	わかめご飯		わかめ			米			598 kcal
	きびなごのサクサク揚げ		きびなごサクサ ク揚げ				油		23.3 g
	大豆の磯煮	大豆、じゃこ天		人参、さやいんげ ん	ごぼう	砂糖	油、ごま油	鶏だし、醤油、味噌、だし汁	796 kcal
	かきたま汁	卵		人参、ねぎ	玉ねぎ、大根、えの きたけ	でん粉		醤油、塩、花かつお(だし用)	29.0 g
12 水	牛乳		牛乳						
	パン					パン			626 kcal
	ささみのオレンジソースかけ	ささみ			ボンジュース、玉ね ぎ	米粉、でん粉、砂 糖	油	酒、塩、生姜、醤油	29.1 g
	グリーンサラダ				キャベツ、きゅうり	砂糖	オリーブ油	酢、醤油、塩、胡椒	846 kcal
コーンチャウダー	ベーコン、白いん げん豆	牛乳	人参、パセリ	コーン、玉ねぎ	じゃが芋、小麦粉	バター	コンソメ、鶏だし、塩、胡椒	41.0 g	
13 木	牛乳		牛乳						
	ご飯					米			586 kcal
	さわらの味噌焼き	鯖						醤油、味噌、酒、生姜	25.1 g
	きんぴら			人参、さやいんげ ん	ごぼう	こんにゃく、砂糖	ごま、油、ごま油	醤油、味噌、とうがらし	752 kcal
豚汁	豚肉、豆腐、味噌		人参、ねぎ	白菜、玉ねぎ	さつま芋		酒、煮干(だし用)	28.6 g	

日 曜 日	献立名	主 要 材 料						その他	エネルギー たんぱく質 上：小学生 下：中学生
		主に体をつくるものとなる赤の食品		主に体の調子を整えるものとなる緑の食品		主にエネルギーのもととなる黄の食品			
		主にたんぱく質(1群)	主に無機質(2群)	主にカロテン(3群)	主にビタミンC(4群)	主に炭水化物(5群)	主に脂質(6群)		
	魚・肉・卵・豆・豆制品	乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・麺 芋・砂糖	油脂・種実			
14 金	牛乳		牛乳						
	麦ご飯					米、麦			667 kcal
	カレー	鶏肉、ぎざみ大豆		人参	玉ねぎ、グリーンピース	じゃが芋	油	にんにく、塩、胡椒、カレー粉、ウスターソース、醤油、パルメザン、カレールウ、とろけるカレールウ	25.0 g
	ゆで卵	卵							864 kcal
	切干大根のさっぱり炒め	ハム		人参	切干大根	砂糖	油	酢、醤油、胡椒	30.1 g
17 月	牛乳		牛乳						
	パン					パン			639 kcal
	ウインナー	ウインナー							25.1 g
	大根サラダ	かつお節		人参	大根、コーン		減塩和風ドレッシング		中学校なし
	スパゲティナポリタン	ベーコン		人参、青ピーマン	玉ねぎ、しめじ	スパゲティ、砂糖	オリーブ油	塩、トマトケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース、中濃ソース、鶏だし、コンソメ、胡椒	
18 火	牛乳		牛乳						
	ご飯					米			585 kcal
	さけのざんぎ	鮭				でん粉、米粉	油	生姜、醤油、酒、味醂	23.8 g
	昆布煮びたし		塩こんぶ	人参	白菜			醤油、味醂	774 kcal
	道産子汁	豚肉、味噌		人参、ねぎ	玉ねぎ、コーン	じゃが芋	油、バター	にんにく、酒、煮干(だし用)	29.5 g
19 水	牛乳		牛乳						
	パン					パン			602 kcal
	クリスピーチキン	鶏肉				小麦粉、コーンブレック	マヨネーズ	鶏だし、コンソメ、カレー粉	26.5 g
	もやしとコーンのソテー				もやし、コーン		油	塩、コンソメ、鶏だし、胡椒	749 kcal
	白菜スープ	肉団子		人参、ねぎ	白菜、玉ねぎ	春雨	ごま油	鶏だし、コンソメ、酒、醤油、塩、胡椒	32.8 g
21 金	牛乳		牛乳						
	ご飯					米			651 kcal
	高野豆腐のそぼろかけ	高野豆腐、鶏肉		人参、ねぎ	干し椎茸	砂糖	油	醤油、酒、味醂、生姜	26.6 g
	竹輪の磯辺揚げ	竹輪	青のり			天ぷら粉	油		
	ごま和え			小松菜	白菜	砂糖	ごま	醤油、味醂	798 kcal
	小のみ お祝いゼリー(さくらのジュレ)					ゼリー			32.4 g

※徴収している給食費については、全て食材の購入のみに使用しています。

★材料の都合により献立を変更することがあります。

## ご卒業・ご進級 おめでとうございます

ご卒業・ご進級おめでとうございます。今年一年間の給食はどうでしたか？特に、小学校の給食は、2学期から新居浜市学校給食センターより配送しております。調理員さんが直接「おいしい」の声を子どもたちから聞ける機会は少なくなりましたが、空っぽで返却される食缶を見ると、「食べてくれてよかった」と安心します。

来年度も新居浜市学校給食センターでは、安心・安全で、おいしい給食づくりに取り組んでいきます。今後もしもよろしくお願いいたします。