



令和8年 3月 献立表



新城市学校給食センター

日 曜	献立名	主な材料とその備き						小学校	中学校
		【赤】主に体をつくる		【緑】主に体の調子を整える		【黄】主にエネルギーのもとになる			
		1群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品 小魚・海産	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物・きのこ	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂・種実		
2月	ごはん 牛乳 いかフライのレモン煮 ゆかりあえ 豚汁		牛乳				ごはん パン粉 小麦粉 砂糖 油 さといも	633 kcal 25.9 g 19.2 g	789 kcal 30.5 g 21.6 g
3火	ひなまつり 献立								
	ちらし寿司 牛乳 かきたま汁 ひなあられ	まぐろ油漬 油揚げ 生揚げ 卵 かまぼこ	牛乳	にんじん 小松菜	れんこん 枝豆 しいたけ たまねぎ えのきたけ 大根		ごはん 砂糖 ごま もち米 砂糖 てんぷん	675 kcal 27.7 g 24.3 g	834 kcal 32.8 g 27.8 g
4水	【中学校】卒業・進級お祝い 献立								
	ミルクロールパン 牛乳 フライドチキン 添え野菜 ポトフ 【中学校のみ】お祝いケーキ		牛乳				パン 片栗粉 米粉 油 イタリアントレッシング じゃがいも 片栗粉 砂糖 米粉 水あめ 油	710 kcal 33.6 g 26.9 g	931 kcal 40.5 g 34.3 g
5木	ごはん 牛乳 ピビンバ(肉) ピビンバ(野菜) ピリ辛スープ	豚肉	牛乳		れんこん 枝豆 しいたけ たまねぎ 切干し大根 にんにく 大豆もやし		ごはん 油 ごま油	608 kcal 30.2 g 18.8 g	758 kcal 35.5 g 21.0 g
6金	ソフトめん ぎゅうにゅう わふうみそ グリーンサラダ		ぎゅうにゅう		たまねぎ はねぎ たまねぎ はくさい しいたけ しょうが		ソフトめん かたくりこ さとう ごまドレッシング	685 kcal 32.0 g 22.5 g	卒業式
9月	ひじき丼 牛乳 すまし汁 はちみつレモンゼリー	鶏肉 油揚げ 豆腐 かまぼこ	牛乳 ひじき	にんじん さやいんげん ほうれん草	こんにゃく コーン しょうが たまねぎ 大根 えのきたけ		ごはん 片栗粉 砂糖 油 ごま油	657 kcal 22.9 g 17.3 g	800 kcal 27.3 g 19.5 g
10火	ごはん 牛乳 鶏肉のスタミナ炒め コーンとうずら卵のスープ	鶏肉 生揚げ 豆腐 うずら卵	牛乳		キャベツ たまねぎ たけのこ 切干し大根 しょうが にんにく たまねぎ えのきたけ コーン		ごはん 砂糖 油 ごま 片栗粉	598 kcal 28.6 g 18.6 g	747 kcal 33.9 g 21.0 g
11水	ごはん 牛乳 じゃがいもと鶏肉の揚げ煮 豆腐の白みそ汁	鶏肉 大豆 豆腐 油揚げ みそ	牛乳		にんじん さやいんげん にんじん 小松菜 大根 ごぼう えのきたけ		ごはん じゃがいも 片栗粉 砂糖 油	686 kcal 32.2 g 23.0 g	849 kcal 38.2 g 26.4 g
12木	ごはん 牛乳 にしんの照り煮 マカロニ入りサラダ 合わせみそ汁	にしん 花かつお まぐろ油漬 生揚げ みそ	牛乳			レモン果汁 キャベツ きゅうり コーン 大根 白菜 えのきたけ	ごはん 砂糖 マカロニ ごま ノンエッグマヨネーズ じゃがいも	615 kcal 25.4 g 21.2 g	741 kcal 28.4 g 22.6 g
13金	五目あんかけうどん 牛乳 米粉の鬼まんじゅう	豚肉 油揚げ 豆腐	牛乳		にんじん 小松菜 大根 白菜 もやし 白ねぎ しいたけ しょうが		白玉うどん 片栗粉 米粉 ざつまいも 砂糖	658 kcal 24.4 g 15.1 g	767 kcal 27.6 g 16.5 g
16月	ごはん 牛乳 メンチカツ ブロッコリーのおかかあえ さつま汁	豚肉 大豆 花かつお 鶏肉 豆腐 油揚げ みそ	牛乳		たまねぎ ブロッコリー 枝豆 たまねぎ しょうが		ごはん パン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 ざつまいも	698 kcal 29.4 g 22.3 g	842 kcal 33.6 g 24.6 g
17火	【小学校】卒業・進級お祝い 献立								
	シャキシャキそぼろ丼 牛乳 つみれ汁 【小学校のみ】お祝いケーキ	豚肉 つみれ 豆腐 とうにゅう だいず	牛乳	にんじん 小松菜 葉ねぎ	たまねぎ ごぼう れんこん コーン 切干し大根 大根 しいたけ いちご いちごがじゅう		ごはん 砂糖 片栗粉 ごま油 さとう こめこ みずあめ あぶら	675 kcal 25.8 g 21.4 g	755 kcal 29.8 g 20.5 g
18水	地産地消の日 * リーフレタス・きゅうり *								
	サンドイッチパンズパン 牛乳 ホキフライ ポテトサラダ レタススープ スライスチーズ	ホキ 	牛乳				パン パン粉 小麦粉 油 じゃがいも 砂糖 ノンエッグマヨネーズ 春雨 オリーブ油	694 kcal 31.9 g 26.2 g	837 kcal 37.2 g 29.8 g
19木	ごはん 牛乳 タツカルピ風 ワンタンスープ	鶏肉 生揚げ みそ 豚肉	牛乳		キャベツ たまねぎ 枝豆 にんにく しょうが もやし しいたけ コーン		ごはん じゃがいも 片栗粉 米粉 砂糖 ワンタンの皮 油	卒業式 35.3 g 25.9 g	853 kcal
23月	ハヤシライス 牛乳 フルーツよせ	牛肉 豆腐	牛乳		にんじん トマト たまねぎ 枝豆 マッシュルーム 黄桃 みかん ナタデココ		ごはん じゃがいも ハヤシルウ 砂糖	636 kcal 18.8 g 17.0 g	791 kcal 22.2 g 19.1 g

3月3日はひなまつり

ひなまつりは、「桃の節句」とも呼ばれ、女の子の健やかな成長や幸せを祈って、お祝いをする日です。給食では、3月3日にひなまつり献立を予定しています。ちらし寿司に入っている枝豆には「健康にまめに働くことができる」、れんこんには「見通しが良い」という意味が込められています。



- 調味料等記載のないものもあります
- 都合により献立が変更になることがあります