

令和6年3月分 学校給食献立一覧表



田原市制20周年

| 日 曜 | 献立名 | お知らせ | おもに体をつくるものとなる | | おもに体の調子を整えるものとなる | | おもにエネルギーのもととなる | | エネルギー (kcal) 上段:小学校 下段:中学校 |
|------|-----------------------------------|---|-------------------------|----------------------------------|------------------|-----------------------------|------------------------|---------------|----------------------------------|
| | | | 1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品 | 2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻 | 3群 緑黄色野菜 | 4群 その他の野菜・きのこ類・果物 | 5群 穀類・いも類・砂糖 | 6群 油脂・種実類 | |
| 1 金 | <ひなまつり給食> | | | | | | | | |
| | さげちらし 牛乳 | きざみのりをかけて食べましょう | さけ 卵 | 牛乳 のり | にんじん ほうれんそう | れんこん たけのこ しいたけ | 米 砂糖 | | 666 |
| | すまし汁 | | 豆腐 梅かまぼこ | わかめ | にんじん みつば | | | | 765 |
| | なばなのおひたし いがまんじゅう | しょうゆ (クラス1本) 直送 | けずりぶし | | なばな チンゲンサイ | もやし キャベツ | | | |
| 4 月 | ごはん 牛乳 | | | 牛乳 | | | 米 | | |
| | みそ汁 | | 豆腐 油あげ みそ | わかめ | | だいこん えのきたけ | | | 663 |
| | しそおろしハンバーグ | | とり肉 ぶた肉 大豆 | | 青じそ | たまねぎ だいこん | 砂糖 でんぷん | 油 | 791 |
| | 筑前煮 | | とり肉 ちくわ | | にんじん さやいんげん | こんにゃく ごぼう たけのこ しいたけ | 砂糖 | 油 | |
| 5 火 | <卒業祝い給食 (中学校)> | | | | | | | | |
| | 赤飯 牛乳 | | | 牛乳 | | | 米 あずき | ごま | 639 |
| | けんちん汁 | | 豆腐 油あげ | | にんじん ねぎ | だいこん ごぼう しいたけ | | | 896 |
| | 揚げ鶏のレモン煮 白菜の塩昆布あえ もものタルト(中) | 直送 | とり肉 豆乳 大豆 | 塩こんぶ | にんじん みずな | はくさい もも | でんぷん 砂糖 | 油 ごま油 油 | |
| 6 水 | ごはん 牛乳 | | | 牛乳 | | | 米 | | |
| | みそおでん | | ぶた肉 大豆 やさいボール 生あげ みそ | | | こんにゃく だいこん | さといも 砂糖 | | 678 |
| | いわしの梅煮 | | いわし | | | うめ | 砂糖 でんぷん | | 814 |
| | ブロッコリーのサラダ | | | | ブロッコリー | キャベツ とうもろこし | | たまねぎドレッシング | |
| 7 木 | ごはん 牛乳 | | | 牛乳 | | | 米 | | |
| | 牛肉と大根の炒め煮 | | 牛肉 生あげ | | にんじん | こんにゃく だいこん ごぼう 根深ねぎ しょうが | 砂糖 | 油 ごま油 | 681 |
| | 大学いも | | | | | | さつまいも 砂糖 | 油 ごま | 827 |
| | キャベツの甘酢あえ | | | | にんじん | キャベツ もやし | 砂糖 | | |
| 8 金 | ソフトめんのみートソースかけ 牛乳 | | ぶた肉 牛肉 | 牛乳 チーズ | にんじん トマト | たまねぎ マッシュルーム グリーンピース | ソフトめん | 油 ハヤシルウ | 655 |
| | オムレツ | | 卵 | | | | 砂糖 でんぷん | 油 | 861 |
| | りっちゃん元気サラダ | | ハム けずりぶし | 塩こんぶ | にんじん | キャベツ きゅうり とうもろこし | 砂糖 | 油 | |
| | ごはん 牛乳 | | | 牛乳 | | | 米 | | |
| 11 月 | 白みそ汁 | | 豆腐 油あげ みそ | わかめ | こまつな | しめじ だいこん | | | 636 |
| | あゆのなんばん漬け | | あゆ | | | | 砂糖 | 油 ごま油 | 773 |
| | 五目きんぴら | | ぶた肉 | | にんじん さやいんげん | こんにゃく ごぼう | 砂糖 | ごま ごま油 油 | |
| | ごはん 牛乳 | | | 牛乳 | | | 米 | | |
| 12 火 | ジャーマンポテトサンド | ジャーマンポテトをタルタル ソースであえ、パンにはさ んで食べましょう | ベーコン | 牛乳 | | | サンドイッチロールパン じゃがいも | タルタルソース | 646 |
| | ミネストローネ | スプーン | とり肉 | | にんじん トマト | たまねぎ セロリ キャベツ | マカロニ 砂糖 | 油 | 756 |
| | ネーブル | ビニール手袋 | | | | ネーブル | | | |
| | ごはん 牛乳 | | | 牛乳 | | | 米 | | |
| 13 水 | ふ玉汁 | | 豆腐 かまぼこ | わかめ | にんじん みつば | | 白玉ふ | | 645 |
| | 豚肉のしょうが焼き | | ぶた肉 | | にんじん ビーマン | たまねぎ しょうが | でんぷん | 油 | |
| | ちくさあえ | | いか | | チンゲンサイ | キャベツ もやし | 砂糖 | 油 ごま | 774 |
| | 小魚 | | | こざかな | | | 砂糖 | | |
| 14 木 | ごはん 牛乳 | | | 牛乳 | | | 米 | | |
| | マーボー豆腐 | スプーン | ぶた肉 牛肉 豆腐 みそ | | ねぎ | たまねぎ しょうが | 砂糖 でんぷん | ごま油 油 | 704 |
| | 愛知の野菜春巻き | | とり肉 | | にんじん | キャベツ れんこん | でんぷん 砂糖 小麦粉 | 油 ごま油 | 839 |
| | そえ野菜 コーヒー糖 | | | | チンゲンサイ | もやし | | | |
| 15 金 | ゆかりごはん 牛乳 | | | 牛乳 | ゆかりこ | | 米 | | |
| | かき玉汁 | | 卵 かまぼこ | わかめ | にんじん ほうれんそう | | でんぷん | | 624 |
| | ぶりのみりん焼き | | ぶり | | | | | | 753 |
| | うの花 | | ぶた肉 おから | | にんじん ねぎ | ごぼう こんにゃく しいたけ | 砂糖 | 油 | |
| 18 月 | <卒業祝い給食 (小学校)> | | | | | | | | |
| | キーマカレー 牛乳 | スプーン | ぶた肉 | 牛乳 | にんじん | たまねぎ しょうが | 米 ひよこ豆 | 油 カレールウ | 734 |
| | 野菜のマリネ | | ハム | | パセリ バジル | だいこん キャベツ きゅうり | 砂糖 | オリーブ油 | 819 |
| | もものタルト (小) プリン (中) | 直送 直送 スプーン | 豆乳 大豆 | | | もも | 砂糖 米粉 | 油 | |
| 19 火 | ごはん 牛乳 | | | 牛乳 | | | 米 | | |
| | のっぺい汁 | | 豆腐 | | ねぎ | だいこん ごぼう | さといも でんぷん | | 664 |
| | 和風コロッケ | | 大豆 | | にんじん | れんこん | じゃがいも パン粉 砂糖 小麦粉 米粉 | 油 | 798 |
| | 大豆の磯煮 | | 大豆 油あげ | ひじき | にんじん さやいんげん | こんにゃく | 砂糖 | 油 | |
| 21 木 | クロールパン 牛乳 | | | 牛乳 | | | クロールパン | | |
| | ポタージュスープ | スプーン | とり肉 | 牛乳 生クリーム ポタージュスープの素 ホワイトルウ | にんじん パセリ | たまねぎ とうもろこし | じゃがいも | バター | 721 |
| | イタリアンスパゲッティ | | ベーコン | | にんじん トマト | たまねぎ グリンピース にんにく | スパゲッティ | 油 | 848 |
| | パイン | | | | | パイン | | | |

※献立、材料は都合により変更することがあります。

ひなまつり給食 3月1日(金)



さげちらし、牛乳、すまし汁、なばなのおひたし、いがまんじゅう

3月3日は、ひなまつりです。その季節の花から「桃の節句」ともいい、子どもの健やかな成長と幸せを願い、ひな人形や桃の花をかざります。白酒、ひしもち、ひな菓子などを供え、ちらしずしやはまぐりのお吸い物などでお祝いをします。

給食では、「さげちらし」と三河地方でひなまつりに食べられている「いがまんじゅう」を実施します。



季節の
食べ物を
食べよう

なばな

菜の花ともいわれ、田原市でもよく見られるように、春には黄色い花が咲きます。主につぼみを食べる「和種なばな」と、葉や茎を食べる「洋種なばな」があります。2月～3月頃に多く収穫できるため、ひなまつりの料理にもよく使われます。ビタミンやミネラルがたくさん含まれている緑黄色野菜で、ほろ苦い味が特徴です。給食では、1日に「なばなのおひたし」で登場します。



卒業祝い給食 中学校:3月5日(火) 小学校:3月18日(月)

小学校6年生と中学校3年生の卒業をお祝いして、「赤飯」がつけます。赤飯に入れる小豆の赤い色は、昔から魔よけになるとされ、お祝いの時に食べられてきた伝統食です。また、人気メニューの「揚げ鶏のレモン煮」や「キーマカレー」と、デザートに「もものタルト」が登場します。

中学卒業後は給食がなくなり、自分で食事を選ぶ機会が増えていきます。「何をどう食べたらいいか」と迷ったときには、ぜひ給食を思い出してください。

田原市は農業王国 作ったところがわかると安心だね 3月に使う田原産の野菜

給食の情報は 田原市HPで検索 献立一覧表、給食だより、給食レシピなど掲載しています。

かみかみ献立 かみごたえのある食材を使用した献立です。