



3月献立表



日	曜	献立名			体の組織を作る食品群		体の調子を整える食品群		エネルギーとなる食品群		エネルギー (kcal)	一口メモ
		主食	飲み物	おかず	1群 魚・肉・卵 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・果物	5群 米・パン・めん いも類・砂糖	6群 油脂 種実		
2	月	★ひなまつり献立★ (洋風ちらしの具)			油揚げ	チーズ	菜の花	えだまめ	じゃがいも	ごま	783	★太田市の野菜 今月もたくさん さんの野菜が 太田市の農家さんか 八木さん  ・ねぎ  ・フロッキー  ・白菜 今年度も農家さんから野菜をたくさん納品していただきました。どれも新鮮でおいしい野菜です。感謝していただきます♪ 
		菜の花入り洋風ちらし	牛乳	ハムとチーズのピカタ 花麩のみそ汁 ひなあられ	ウインナー 豆腐 味噌		人参 ねぎ	花麩 ごはん ひなあられ	米ぬか油	27.7 25.1		
3	火	シュガー揚げパン	牛乳	キャベツと卵の炒め物 塩ワントンスープ	卵 鶏肉	フロッキー にら	キャベツ もやし ねぎ	パン フォー 砂糖	米ぬか油	715 24.6 26.5		
4	水	ごはん	牛乳	骨なしチキンだっす キャベツのピリ辛和え きのこのジンジャースープ	鶏肉	人参	大根 しめじ 枝豆 生姜 ねぎ キャベツ えのき	ごはん 砂糖 じゃがいも	米ぬか油 ごま油 ラー油	778 32.1 27.0		
5	木	背割りコッパン	牛乳	焼きそば ごぼうサラダ メイプルシロップジャム	豚肉	人参 にら	キャベツ もやし 大根 きゅうり ごぼう	パン 中華麺 ジャム	米ぬか油 天かす	737 27.0 24.9		
6	金	ビビンバ	牛乳	(ビビンバの具) 春雨サラダ わかめスープ	豚肉 鶏肉	わかめ ほうれん草	人参 豆もやし きゅうり キャベツ えのきたけ	ごはん 春雨 砂糖 ごま	米ぬか油 ごま油 ごま	727 28.3 25.0		
9	月	わかめごはん	牛乳	若鶏のマリネ 2こ 中華トックスープ	鶏肉 糸かまぼこ	わかめ 人参 ピーマン	たまねぎ ねぎ 白菜 干しいたけ	ごはん トック 片栗粉 小麦粉	米ぬか油 ごま油	779 27.5 25.9		
10	火	パーカーハウス	牛乳	ハンバーグデミソースかけ ツナ入り大根サラダ かぼちゃのポタージュ	豚肉 鶏肉 ツナ ベーコン	人参 パセリ	玉ねぎ りんご 大根 マッシュルーム	パン かぼちゃ 生クリーム 砂糖	米ぬか油 生クリーム	823 24.6 25.2		
11	水	ごはん	牛乳	チキンカレー レモンゼリー和え	鶏肉	人参	玉ねぎ りんご パイン ナタデココ 生姜 にんにく	ごはん ゼリー	米ぬか油	840 22.4 22.4		
12	木	★卒業祝い献立★			豚肉	ヨーグルト	人参	もやし キャベツ ねぎ にんにく きゅうり コーン 玉ねぎ 大豆もやし	中華麺 チョコ	米ぬか油 ごま油	748 30.0 30.8	
13	金	卒業式 3年生の皆さん、ご卒業おめでとうございます！（給食はありません） 										
16	月	ごはん	牛乳	マーボー豆腐 ニラともやしのナムル	豚肉 豆腐 味噌	人参 にら	玉ねぎ 干しいたけ ねぎ キャベツ もやし	ごはん 砂糖 片栗粉	ごま油 米ぬか油	745 30.7 25.5		
17	火	ごはん	牛乳	和風きんぴら包み焼き 切り干し大根のスタミナ炒め さつま揚げのみそ汁	鶏肉 豚肉 さつま揚げ 味噌	にら 人参	切り干し大根 ねぎ もやし たまねぎ キャベツ しめじ	ごはん 砂糖	ごま油	764 31.4 20.9		
18	水	ごはん	牛乳	チンジャオロース とんこつワントンスープ	豚肉 なると	にんじん ピーマン にら	たけのこ エリンギ キャベツ もやし ねぎ	ごはん 砂糖 ワントン	米ぬか油 ごま油	753 31.5 21.0		
19	木	黒パン	牛乳	ジャージャーうどん ささみとわかめのレモンサラダ	豚肉 鶏肉	わかめ 赤ピーマン	玉ねぎ 干しいたけ きゅうり キャベツ 生姜 にんにく	ごはん 砂糖 片栗粉	ごま油 米ぬか油	749 34.8 23.4		
23	月	ごはん	牛乳	さばのみりんしょうゆカレー風味 あつあつ大根煮 鶏つみれ汁	さば 鶏肉 油揚げ	人参 ほうれん草	大根 こんにゃく ごぼう ねぎ 生姜 にんにく	ごはん 砂糖	ごま油	744 33.0 19.6		
24	火	ココアパン	牛乳	ニョッキのクリーム煮 三色ソテー	豚肉 ウインナー 鶏肉	人参 小松菜 パセリ	玉ねぎ キャベツ マッシュルーム コーン	パン ニョッキ じゃがいも	米ぬか油 生クリーム	753 31 27.2		
25	水	菜めし	牛乳	ツナオムレツ 上州きんぴら 豆乳入り豚汁 桜ゼリー	卵 鶏肉 豆乳 味噌 さつま揚げ	豚肉 豆腐 人参	ごぼう しらたき ねぎ 大根 こんにゃく 白菜	ごはん じゃがいも	ごま油 米ぬか油	748 31.8 19.9		
26	木	修了式 (給食はありません) 										

※野菜類はすべて加熱してあります。

※都合により献立および食材等を変更する場合があります。

※材料の太字野菜は、太田市産の野菜です。

