

北島町 幼・小・中学校 献立予定表

令和6年 3月

北島町学校給食センター

日	曜日	献立名			材料名(食品名)			エネルギーたんぱく質脂質		kcal g g
		主食	牛乳	おかず	赤 血や肉・骨 になる食べ物	緑 からだの調子ま とどのえる食べ物	黄 熱や力のもと になる食べ物	小学校 3・4年	中学校	
1	金	ごはん	牛乳	柚子と菜の花のすまし汁 ぼうぜフライ ポイルキャベツ パックソース 三色ゼリー	牛乳 ぼうぜフライ 豆腐 かまぼこ	にんじん 菜の花 キャベツ 干しいたけ たけのこ たまねぎ ゆず	精白米 油 三色ゼリー	615 22 17.6	714 24.6 19.3	kcal g g
4	月	米粉パン いちごジャム	牛乳	ポークビーンズ ひじきサラダ	牛乳 ひじき 豚肉 大豆 ツナ	にんじん トマト パセリ しめじ にんにく たまねぎ キャベツ グリーンピース 枝豆	米粉パン 油 じゃがいも さとう いちごジャム ドレッシング	689 28.8 23.3	841 35.3 27.6	kcal g g
5	火	ごはん	〃	肉団子と小松菜のスープ コロケ ポイルキャベツ パックソース	牛乳 豚肉 つくね	小松菜 にんじん キャベツ たまねぎ えのきたけ とうもろこし	精白米 油 コロケ	647 18.4 21.6	753 21 24.2	kcal g g
6	水	ごはん	〃	じゃがいものいそ煮 いわしの梅煮	牛乳 ひじき 豚肉 いわしの梅煮 さつまあげ	にんじん さやいんげん こんにゃく ごぼう	精白米 油 じゃがいも さとう	639 24.2 19.7	738 26.8 20.6	kcal g g
7	木	ごはん 食育の日	〃	ふしめん汁 とりにくのスタチあんかけ お米のタルト(中学校)	牛乳 わかめ 鶏肉 豆腐 油揚げ	にんじん たまねぎ すだち たけのこ えのきたけ	精白米 米粉 油 さとう ふしめん お米のタルト	642 24.7 18.2	905 31.5 28.1	kcal g g
8	金	ごはん	〃	ブラウンシチュー コーンサラダ	牛乳 脱脂粉乳 鶏肉 チキンハム	にんじん トマト にんにく 枝豆 たまねぎ しめじ グリーンピース キャベツ とうもろこし	精白米 じゃがいも 油 ドレッシング	622 21 16	754 25 18.2	kcal g g
11	月	米粉パン	牛乳	マカロニのクリーム煮 ブロッコリーサラダ	牛乳 鶏肉 ツナ	にんじん チンゲンサイ ブロッコリー たまねぎ しめじ 枝豆	米粉パン マカロニ 油 ドレッシング	658 28 23.1	816 34.2 27.2	kcal g g
12	火	ごはん	〃	切干し大根の煮物 さわらのピリ辛焼き	牛乳 鶏肉 さつまあげ さわら	にんじん こんにゃく しょうが 切干しだいこん にんにく さやいんげん	精白米 さとう じゃがいも 油 てんぷん ごま油	619 26.1 17.2	764 32.8 20.4	kcal g g
13	水	ごはん	〃	豆腐ハンバーグきのこソース はるさめスープ お米のタルト(幼稚園・小学校)	牛乳 鶏肉 豆腐 豆腐ハンバーグ	にんじん 小松菜 たまねぎ えのきたけ しめじ とうもろこし	精白米 さとう はるさめ 油 お米のタルト	710 23.8 23.7	703 26.1 19.1	kcal g g
14	木	ごはん	〃	高野豆腐の煮物 れんこんと枝豆の シャキシャキあえ	牛乳 茎わかめ 鶏肉 高野豆腐	にんじん たまねぎ れんこん 枝豆 キャベツ とうもろこし グリーンピース	精白米 さとう じゃがいも 油 ごま ごま油	640 26.3 18.5	771 31.4 21.2	kcal g g
15	金	ごはん	〃	厚揚げとこんにゃくの味噌煮 まごわやさしみサラダ	牛乳 わかめ 豚肉 厚揚げ みそ ちゆめん 大豆	にんじん しょうが こんにゃく たけのこ たまねぎ キャベツ きゅうり ゆず	精白米 さとう 油 ごま油 ごま	621 21.5 19.7	752 25.6 23.0	kcal g g
18	月	小型米粉パン	牛乳	スパゲティナポリタン 切干し大根のツナあえ	牛乳 ベーコン えび いか ツナ	にんじん ピーマン トマト 小松菜 にんにく たまねぎ しめじ 切干しだいこん	小型米粉パン スパゲティ 油 さとう ごま	624 26.6 18.3	786 33 21.7	kcal g g
19	水	ごはん	〃	みそ汁 さばの塩焼き ゆかりあえ	牛乳 さば 油あげ みそ	乾燥赤じそ にんじん 小松菜 はくさい たまねぎ えのきたけ	精白米 ごま じゃがいも	602 24.9 17.7	745 31.3 21.6	kcal g g
21	木	ドライカレー	〃	かきたまスープ	牛乳 わかめ 豚肉 大豆 ベーコン 卵 豆腐	にんじん しょうが にんにく たまねぎ 枝豆	精白米 油	648 24.9 23.7	787 29.5 27.9	kcal g g

献立は、材料の購入、その他の理由により、変更する場合があります。 ご了承ください。

# 卒業・進級おめでとう



- ※ 4日(月)～6日(水)…北島中学校 3年生の給食はありません。
- ※ 5日(火) ……南小学校 6年生の給食はありません。
- ※ 8日(金) ……北島中学校の給食はありません。
- ※ 11日(月)～ ……北島中学校 3年生の給食はありません。
- ※ 14日(木)～ ……小学校 6年生の給食はありません。
- ※ 15日(金)～ ……幼稚園 年長組の給食はありません。