



# 徳島市小学校給食予定献立表

令和6年3月分

徳島市教育委員会

日	曜	献立内容	材 料 名 (食 品 名)		
			赤 血や肉や骨に なるもの	緑 体の調子を 整えるもの	黄 働く力や熱に なるもの
1	金	赤飯 ごま塩	牛乳 小豆 えびフライ ブロッコリー タルタルソース 菜の花のすまし汁 ひなあられ	えびフライ かまぼこ とうふ ブロッコリー たまねぎ にんじん 菜の花 干しいたけ	精白米 もち米 ごま塩 油 タルタルソース ひなあられ
4	月	ごはん	牛乳 ひじきのいため煮 厚焼き卵 塩昆布あえ	牛乳 とり肉 ひじき がんとどき 大豆 厚焼き卵 塩昆布	こんにやく にんじん さやいんげん はくさい 精白米 強化米 油 さとう
5	火	ごはん	牛乳 いかの天ぷら ウスターソース 切り干し大根のツナあえ キャンディチーズ	牛乳 いかの天ぷら ツナ チーズ	切り干し大根 にんじん 小松菜 キャベツ 精白米 強化米 油 さとう 白ごま
6	水	ごはん	牛乳 厚揚げのそぼろ煮 ごまあえ スイートポテト	牛乳 豚肉 厚揚げ ちくわ	しょうがこんにやく にんじん たまねぎ さやいんげん はくさい ほうれん草 精白米 強化米 さとう 油 白ごま スイートポテト
7	木	(麦ごはん)	牛乳 カレーライス フルーツゼリーミックス	牛乳 豚肉 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん グリンピース ガーリックパウダー みかん 黄桃 パイン 精白米 強化米 押麦 じゃがいも カレールウ 油 ゼリー
8	金	ごはん	牛乳 さわらのごまみそかけ にらたまスープ	牛乳 さわら 赤みそ ベーコン とうふ 卵	たまねぎ にんじん にら 精白米 強化米 でんぶん 油 さとう 白ごま
11	月	ごはん	牛乳 さばの生姜煮 はくさいの付け合わせ ポン酢しょうゆ とり肉とこんにやくのみそ煮	牛乳 さばの生姜煮 とり肉 がんとどき 赤みそ	はくさい しょうが こんにやく ごぼう にんじん さやいんげん 精白米 強化米 油 さとう
12	火	ごはん	牛乳 ボルシチ 大根サラダ ごまドレッシング 黒砂糖豆	牛乳 牛肉 大豆	たまねぎ にんじん グリンピース ホールトマト トマトピューレ 大根 きゅうり とうもろこし じゃがいも 油 デミグラスソース ごまドレッシング 黒砂糖
13	水	(ごはん)	牛乳 キムチ丼 揚げぎょうざ お祝いクレープ	牛乳 豚肉 ぎょうざ	キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ にんじん ガーリックパウダー 精白米 強化米 油 さとう ごま油 白ごま クレープ
15	金	ごはん ふりかけ(お魚)	牛乳 きのこたっぷりポタージュスープ ホウレン草オムレツ ケチャップ	牛乳 とり肉 ホウレン草オムレツ	生しいたけ しめじ かぼちゃ たまねぎ にんじん 精白米 強化米 油 ポタージュの素 生クリーム
18	月	ごはん	牛乳 小さいわしのフライ ゆかりづけ 豚肉とごぼうの炒め煮	牛乳 小さいわしのフライ 豚肉 さつまあげ	きゅうり ゆかり ごぼう こんにやく にんじん さやいんげん 精白米 強化米 油 さとう 白ごま
19	火	(ごはん)	牛乳 親子丼 すだち酢あえ ミックスナッツ	牛乳 とり肉 かまぼこ 卵 ちりめん	にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ キャベツ 小松菜 すだち酢 精白米 強化米 さとう ナッツ ピーナッツ
21	木	麦ごはん	牛乳 とり肉のからあげ ミニトマト みそ汁	牛乳 とり肉 油揚げ 赤みそ 白みそ	しょうが ミニトマト たまねぎ にんじん 大根 ねぎ 精白米 強化米 押麦 でんぶん 油 さつまいも

☐は、「食育の日」の献立です。毎月食育の日には、地元でとれた食材を積極的に取り入れています。今月は「親子丼」に徳島市産のねぎや、徳島県産のにんじん・干しいたけ・卵を使用しています。また、「すだち酢あえ」には、徳島県産の春キャベツ・にんじん・ちりめん・すだち酢を使用しています。