



徳島市小学校給食予定献立表

令和7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
3	月	ごはん 牛乳 ホキフライ ポイルキャベツ ウスターソース すまし汁 ひなあられ	牛乳 ホキフライ かまぼこ とうふ	キャベツ たまねぎ にんじん ねぎ 干しいたけ	精白米 強化米 ひなあられ 油
4	火	ごはん 牛乳 豆腐チゲ風 肉だんごの照り煮	牛乳 とうふ、豚肉 赤みそ 肉団子の照り煮	大根 にんじん はくさい こんにゃく にら キムチ	精白米 強化米 油
5	水	(ごはん) 牛乳 親子丼 卵 きゅうりとわかめの酢の物 ハニーピーナッツ	牛乳 かまぼこ とり肉 卵 ちりめん わかめ	にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ きゅうり キャベツ	精白米 強化米 ハニーピーナッツ さとう
6	木	麦ごはん 牛乳 肉じゃが ひじきサラダ ごまドレッシング	牛乳 豚肉 ちくわ ひじき	にんじん たまねぎ こんにゃく えだまめ キャベツ とうもろこし	精白米 強化米 押麦 じゃがいも 油 さとう ごまドレッシング
7	金	ごはん 牛乳 ちくわの二色揚げ 卵 かぼちゃのみそ汁	牛乳 ちくわ 青のり 卵 油揚げ 赤みそ 白みそ	かぼちゃ たまねぎ にんじん 大根 ねぎ	精白米 強化米 油 でんぶん 小麦粉
10	月	ごはん 牛乳 さばの生姜煮 ゆかりづけ 切り干し大根の炒め煮	牛乳 さばの生姜煮 とり肉 さつまあげ	はくさい ゆかり 切り干し大根 干しいたけ にんじん さやいんげん	精白米 強化米 油 さとう
11	火	(ごはん) 牛乳 ハヤシライス ヨーグルトあえ	牛乳 牛肉 ヨーグルト	たまねぎ にんじん グリンピース にんにく トマトピューレ みかん バイン 黄桃	精白米 強化米 じゃがいも 油 ハヤシルウ 生クリーム デミグラスソース
12	水	わかめごはん 牛乳 とり肉のからあげ 野菜スープ お祝いクレープ	牛乳 とり肉 えび わかめごはんの素	しょうが にんじん たまねぎ キャベツ ねぎ	精白米 強化米 油 クレープ でんぶん
14	金	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 海藻サラダ 青じそドレッシング	牛乳 豚肉 とうふ 赤みそ わかめ	にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 油 さとう ごま油 ラー油 でんぶん
17	月	ごはん 牛乳 オイスターソース炒め 枝豆の豆腐ミンチカツ ケチャップ	牛乳 豚肉 枝豆と豆腐ミンチカツ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ キャベツ 小松菜	精白米 強化米 油 さとう
18	火	ごはん 牛乳 厚揚げのそぼろ煮 ごまあえ パワフルチーズ	牛乳 豚肉 厚揚げ ちくわ チーズ	しょうが こんにゃく にんじん たまねぎ えだまめ はくさい 小松菜	精白米 強化米 さとう 白ごま 油
19	水	ごはん 牛乳 さわらのすだち風味 徳島たっぶりみそ汁	牛乳 さわら 油揚げ 赤みそ 白みそ	すだち酢 にんじん 大根 生しいたけ たまねぎ ねぎ	精白米 強化米 でんぶん 油 さとう さつまいも
21	金	ごはん 牛乳 煮込みハンバーグ ふしめんカレースープ	牛乳 ハンバーグ 豚肉 大豆 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん 小松菜	精白米 強化米 さとう ふしめん じゃがいも 油 カレールウ

☐は、食育の日の献立です。春が旬のさわらと徳島県産のすだち酢を使用した「さわらのすだち風味」を実施します。徳島たっぶりみそ汁にも、さつまいも、にんじん、大根、生しいたけ、ねぎなど徳島県産の食材を使用する予定です。