

令和7年 3月

北島町 幼・小・中学校 献立予定表

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 からだの調子を とどめる食べ物	黄 熱や力のもと になる食べ物	小学校 3・4年	中学校	
3	月	米粉パン	牛乳	チリコンカン ヨーグルトあえ	牛乳 豚肉 大豆 青大豆 いんげん豆 金時豆 ヨーグルト	にんにく にんじん たまねぎ 枝豆 トマト パイン 黄桃 ナタデココ	米粉パン 油 さとう じゃがいも	648 26.4 17.9	811 32.7 21.3	kcal g g
4	火	ごはん ミルメーク	〃	鶏肉とこんにゃくのみそ煮 わかめとゆずのツナあえ	牛乳 鶏肉 厚揚げ みそ ツナ わかめ	しょうが れんこん キャベツ たけのこ たまねぎ にんじん さやいんげん こんにゃく ゆず果汁	精白米 油 さとう ごま ミルメーク	626 20.5 17.6	762 24.6 20.6	kcal g g
5	水	ごはん	〃	キャベツと高野豆腐の卵とじ 小さいわしフライ	牛乳 卵 かまぼこ 鶏肉 高野豆腐 こいわしフライ	にんじん たまねぎ キャベツ さやいんげん	精白米 油 さとう じゃがいも	649 25.2 22.1	801 30.6 26.6	kcal g g
6	木	ごはん	〃	ふしめん汁 鶏肉のすだちずあんかけ クレープ(中学校のみ)	牛乳 鶏肉 ちくわ 油あげ わかめ	たまねぎ にんじん ごぼう すだち果汁 干しいたけ だいこん ねぎ	精白米 米粉 油 さとう ふしめん クレープ(中学校のみ)	655 24.2 21.2	898 30.4 29.9	kcal g g
7	金	ごはん	〃	厚揚げのそぼろ煮 わかめのごま酢あえ	牛乳 豚肉 大豆 厚揚げ さつまあげ わかめ	しょうが にんじん 小松菜 たまねぎ こんにゃく 枝豆 えのきたけ	精白米 油 さとう じゃがいも ごま	604 22.8 17.3	742 27.6 20.4	kcal g g
10	月	小型米粉パン	牛乳	焼きそば トマトミートオムレツ	牛乳 豚肉 いか 青のり トマトミートオムレツ	たまねぎ にんじん もやし キャベツ	米粉パン 油 やきそばめん	629 27 22	819 34.6 28	kcal g g
11	火	ごはん	〃	けんちん汁 さばのみそ煮	牛乳 鶏肉 豆腐 油あげ さばみそに	こんにゃく にんじん ごぼう 干しいたけ だいこん ねぎ	精白米 ごま油	624 24.9 22.3	726 28.1 23.9	kcal g g
12	水	ドライカレー	〃	わかめスープ クレープ(小学校のみ)	牛乳 豚肉 大豆 ベーコン 豆腐 わかめ	しょうが にんにく たまねぎ にんじん えのきたけ 枝豆	精白米 油 ミニトック(中学校のみ) クレープ(小学校のみ)	674 20 23.2	758 24.1 22.2	kcal g g
13	木	れんこん そばろ井	〃	ゆず酢が香るお吸い物 チーズ(小学校・中学校のみ) クレープ(幼稚園のみ)	牛乳 豚肉 大豆 かまぼこ 豆腐 チーズ (小学校・中学校のみ)	れんこん しょうが たまねぎ にんじん 干しいたけ しそ たけのこ ゆず果汁 菜の花 小松菜	精白米 油 さとう ごま クレープ(幼稚園のみ)	601 25.1 17.7	746 30.9 21.5	kcal g g
14	金	ごはん	〃	肉じゃが 切干し大根のツナあえ	牛乳 豚肉 さつまあげ ツナ	こんにゃく にんじん 小松菜 たまねぎ 枝豆 切干しだいこん	精白米 油 さとう じゃがいも	602 20.2 15.2	739 24.3 17.8	kcal g g
17	月	小型米粉パン 食育の日	牛乳	えびとれんこんのクリーム煮 さつまいもと花野菜のサラダ	牛乳 鶏肉 えび チキンハム	たまねぎ にんじん れんこん しめじ 枝豆 ブロッコリー カリフラワー	米粉パン マカロニ 油 さつまいも 卵なしマヨネーズ	621 25.6 20.6	792 31.8 25.1	kcal g g
18	火	三色井	〃	白菜のみそ汁	牛乳 鶏肉 大豆 卵 油あげ わかめ みそ	しょうが にんじん はくさい ほうれんそう ねぎ	精白米 油 さとう さつまいも やきふ	605 21.4 17	746 25.9 20	kcal g g
19	水	ごはん	〃	すいぎょうざのスープ さわらの南蛮漬け	牛乳 さわら 豚肉	たまねぎ にんじん はくさい えのきたけ ねぎ キャベツ しょうが	精白米 でんぶん 油 さとう ワンタンの皮	631 22.5 19.1	788 28.3 23.1	kcal g g
21	金	ごはん	牛乳	ホイコーロー 焼きポテト	牛乳 豚肉 みそ	しょうが にんにく にんじん たまねぎ しいたけ キャベツ もやし	精白米 油 さとう ごま油 じゃがいも	605 19.6 16.8	744 23.3 19.7	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



- ※ 3日(月)～5日(水)…北島中学校 3年生の給食はありません。
- ※ 4日(火) ……北島南小学校6年生の給食はありません。
- ※ 7日(金) ……北島中学校の給食はありません。
- ※ 10日(月)～ ……北島中学校 3年生の給食はありません。
- ※ 13日(木)～ ……小学校 6年生の給食はありません。
- ※ 14日(金)～ ……幼稚園 年長組の給食はありません。
- ※ 24日(金) ……修了式のため給食はありません。