

北島町 幼・小・中学校 献立予定表

令和8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 からだの調子を ととのえる食べ物	黄 熱や力のもと になる食べ物	小学校	中学校	
								3・4年	単位	
2	月	米 粉 パ ン	牛乳	チリコンカン いちごの フルーツミックス	牛乳 豚肉 大豆 青大豆 金時豆 いんげん豆	にんじん にんにく トマト たまねぎ パイン みかん 枝豆 黄桃 ナタデココ	米粉パン さとう じゃがいも 油 いちごゼリー	641 25.3 17.6	804 31.3 20.9	kcal g g
3	火	三 色 丼	〃	若竹汁	牛乳 わかめ 鶏肉 大豆 たまご 豆腐 花型かまぼこ	にんじん しょうが 枝豆 たけのこ たまねぎ	精白米 さとう 油	614 25.7 20.2	757 31.5 24.1	kcal g g
4	水	ご は ん お魚ふりかけ	〃	豆腐の中華風煮 はるさめのすのもの	牛乳 豚肉 豆腐 チキンハム お魚ふりかけ	にんじん さやいんげん にんにく しょうが たまねぎ キャベツ きゅうり しめじ	精白米 さとう てんぷん 春雨 油 ごま油 ごま	642 24.5 20	793 29.7 23.8	kcal g g
5	木	ご は ん	〃	とりにくの すだち酢あんかけ 菜の花とかぶのとりみ汁 ケーキ(中学校)	牛乳 鶏肉 油あげ かまぼこ	にんじん 菜の花 たまねぎ しょうが すだち果汁 えのきたけ かぶ ゆず	精白米 さとう 油 てんぷん 米粉 ケーキ(中学校)	640 25.4 17.9	890 32 25.9	kcal g g
6	金	ご は ん	〃	じゃがいものうま煮 さわらのピリ辛焼き	牛乳 鶏肉 さわら がんとどき	にんじん たまねぎ しょうが さやいんげん にんにく こんにゃく	精白米 さとう 油 じゃがいも てんぷん ごま油	639 26.6 19.1	793 33.6 23.1	kcal g g
9	月	小型米粉パン ジャム	牛乳	マカロニのクリーム煮 ひじきサラダ	牛乳 ひじき 鶏肉 糸かまぼこ	にんじん チンゲンサイ たまねぎ キャベツ きゅうり しめじ	米粉パン マカロニ 油 ドレッシング ブルーベリージャム	634 26.1 23.5	830 32.8 28.5	kcal g g
10	火	ご は ん	〃	きんぴらごぼう いわしの甘露煮	牛乳 大豆 豚肉 さつまあげ いわしの甘露煮	にんじん ごぼう しょうが こんにゃく さやいんげん	精白米 さとう 油 ごま油 ごま	667 26 21.9	787 29.7 23.9	kcal g g
11	水	ご は ん	〃	わかめのみそ汁 豚肉コロッケ ポイルキャベツ ソース	牛乳 わかめ 豆腐 みそ 油あげ 豚肉	にんじん キャベツ たまねぎ えのきたけ	精白米 コロッケ さつまいも 油	679 18.3 20.1	802 20.9 22.8	kcal g g
12	木	豚 丼	〃	けんちん汁	牛乳 豚肉 鶏肉 豆腐 油あげ	にんじん たまねぎ ねぎ しょうが だいこん ごぼう こんにゃく 干しいたけ	精白米 さとう 油 ごま油	615 25.1 18.6	754 30.6 22.1	kcal g g
13	金	ビーフカレー	〃	コーンサラダ	牛乳 脱脂粉乳 牛肉 いんげん豆 豚肉 チキンハム	にんじん にんにく 枝豆 しょうが とうもろこし たまねぎ グリンピース キャベツ	精白米 じゃがいも 油 ドレッシング	684 20.7 24.6	846 24.8 29.8	kcal g g
16	月	小型米粉パン	牛乳	ポテトスープ ハンバーグ デミグラスソース ケーキ(小学校)	牛乳 ハンバーグ ベーコン	にんじん ブロッコリー たまねぎ とうもろこし	小型米粉パン 油 さとう じゃがいも ケーキ(小学校)	695 26.5 27.9	775 31.3 29.8	kcal g g
17	火	れんこんそばろ ど ん ぶ り	〃	具だくさんスープ ケーキ(幼稚園)	牛乳 豚肉 大豆 ベーコン	にんじん しょうが たまねぎ キャベツ れんこん しそ	精白米 さとう 油 さつまいも ごま ケーキ(幼稚園)	620 20.6 18.6	762 24.7 22.2	kcal g g
18	水	ご は ん	〃	厚揚げのそばろ煮 切干し大根のツナあえ	牛乳 豚肉 大豆 ツナ 厚揚げ さつまあげ	にんじん しょうが たまねぎ きゅうり こんにゃく 枝豆 切干しだいこん	精白米 じゃがいも さとう 油 ごま	630 24.2 18.6	775 29.6 22.1	kcal g g
19	木	ご は ん 食育の日	〃	ふしめん汁 さばのカレー揚げ	牛乳 さば ちくわ 豆腐 油揚げ	にんじん しいたけ たまねぎ ねぎ	精白米 てんぷん ふしめん 油	638 25.7 22.1	797 32.8 27.4	kcal g g
23	月	小 米 粉 パ ン	牛乳	スパゲティナポリタン ブロッコリーサラダ	牛乳 ツナ いか ベーコン	にんじん ピーマン トマト にんにく たまねぎ しめじ ブロッコリー とうもろこし	米粉パン 油 スパゲティ ドレッシング	631 25 19.6	804 31.3 23.5	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。

- ※ 2日(月)～4日(水)… 北島中学校 3年生の給食はありません。
- ※ 6日(金) …… 北島中学校の給食はありません。
- ※ 9日(月)～ …… 北島中学校 3年生の給食はありません。
- ※ 17日(火)～ …… 小学校 6年生の給食はありません。
- ※ 18日(水)～ …… 幼稚園 年長組の給食はありません。
- ※ 24日(火) …… 修了式のため給食はありません。

卒業・進級おめでとう

