

令和6年度

3月給食献立予定表

野木町立野木中学校

給食目標
「給食について振り返ろう」

		主に体の組織をつくる食品群		主に体の調子を整える食品群		主にエネルギーになる食品群		エネルギー Kcal	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
曜日	献立名	たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC	炭水化物	脂質		
ひなまつり 献立									
3 (月)	五目ちらし寿司	鶏肉 油揚げ ★かまぼこ	のり	人参	しいたけ かんぴょう れんこん さやえんどう	米 でんぶん 砂糖	油	875	
	牛乳		牛乳					32.3	
	赤魚西京焼き	赤魚 みそ				砂糖		15.1	
	花麩のすまし汁 ひなあられ		昆布 青のり		人参 ほうれん草	えのきたけ	麩 米 砂糖 でんぶん	2.6	
4 (火)	ご飯					米		907	
	牛乳		牛乳					34.2	
	豚肉のおろぼんちー 卵とじみそ汁 エクレア	豚肉 卵 みそ 卵	チーズ 脱脂粉乳	人参	しょうが 大根 玉ねぎ もやし 葱	じゃがいも でんぶん 小麦粉 砂糖 でんぶん	油 マーガリン チョコ	31.8 2.5	
	カツカレー	豚肉	脱脂粉乳	人参	にんにく 玉ねぎ	米 じゃがいも パン粉 カレールウ でんぶん	油	967	
5 (水)	牛乳		牛乳					30.0	
	かりかりじゃこと大根のサラダ		海草 じゃこ		大根		ごま ごま油 ドレッシング	31.7	
	みかんゼリー				みかん	砂糖		3.5	
	黒糖米粉パン					米粉パン 黒糖		836	
6 (木)	牛乳		牛乳					38.0	
	ポテト焼きそば	豚肉	青のり	人参	キャベツ	やきそば麺 じゃがいも	油	28.7	
	豆腐とえのきの卵スープ	鶏肉 豆腐 卵		ほうれん草	えのき茸	でんぶん		4.1	
	卒業祝い 献立								
7 (金)	赤飯(ごま塩)	大豆				もち米 米	ごま	843	
	牛乳		牛乳					33.7	
	鶏肉のレモン煮	鶏肉	のり	ほうれん草 人参	レモン	砂糖 でんぶん	油	21.7	
	のりあえ はんぺんのすまし汁 お祝いケーキ	★はんぺん ★なると 卵	クリーム	水菜	もやし えのき茸		砂糖 小麦粉	3.1	
11 (火)	エビカツサンド(ソース)	えび			キャベツ	パン でんぶん 砂糖 パン粉	油	806	
	牛乳		牛乳					30.2	
	肉団子スープ	鶏肉		人参 チンゲン菜	しいたけ 葱 しょうが	春雨 でんぶん		25.5	
	フルーツ杏仁	豆乳			もも果汁 あんず果汁	水あめ でんぶん		4.4	
12 (水)	ご飯		のり			米		880	
	味付けのり		牛乳					33.7	
	牛乳		豚肉 みそ 豆腐 レバー	人参	生姜 にんにく 葱	砂糖 でんぶん	油	27.0	
	麻婆豆腐 パンサンスー	★ベーコン		人参	玉ねぎ ぎゅうり もやし	春雨 砂糖	ごま油 ごま	2.7	
13 (木)	コッペパン					パン		896	
	チョコ						チョコ	33.9	
	牛乳		牛乳					41.1	
	ツナとポテトのチーズ焼き 野菜サラダ トマトスープ	ツナ ベーコン 卵	チーズ	パセリ ブロッコリー 人参 トマト	たまねぎ キャベツ 玉ねぎ コーン	じゃがいも	★マヨネーズ ドレッシング	3.6	

ひな祭り の行事食

ひな祭りは、女の子の成長と幸せを願う行事で、五節句(五節供)の一つ「上巳の節句」が起源です。季節の花にちなんで「桃の節句」ともいいます。桃の花やひな人形を飾り、さまざまな願いを込めた料理やお菓子を食べて厄を払います。



ちらしずし



ハマグリのおぼろ



ひしもち



白酒



ひなあられ