

令和7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」

曜日	献立名	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 たんぱく質 脂質 塩分
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC	炭水化物	脂質	
12 (木)	モロカツバーガー(ソース)	モロ			キャベツ	パン パン粉 小麦粉	油	809
	牛乳		牛乳					36.4
	ラビオリ入りミネストローネ	★ベーコン 豚肉		人参 パセリ トマトピューレ	玉ねぎ セロリ	じゃがいも マカロニ 小麦粉 パン粉	油	21.1 3.4
13 (金)	ご飯		牛乳			米		881
	牛乳		牛乳					30.7
	おろしハンバーグ	鶏肉 豚肉		あさつき	大根 玉ねぎ	砂糖		29.1
	マカロニサラダ	ツナ		人参	玉ねぎ きゅうり	マカロニ	★マヨネーズ	2.4
16 (月)	小松菜の味噌汁	生揚げ みそ		小松菜				
	ご飯		牛乳			米		865
	牛乳		牛乳					32.6
17 (火)	麻婆豆腐	豚肉 みそ 豆腐		人参	生姜 にんにく 葱	砂糖 でんぷん	油	25.9
	拌三絲			人参	きゅうり もやし	春雨 砂糖	ごま油 ごま	2.6
	バターロール		牛乳			パン 砂糖	マーガリン	804
17 (火)	牛乳		牛乳					28.4
	ナポリタン	豚肉	チーズ	人参 ピーマン トマト	玉ねぎ しめじ	スパゲティ	油	23.1
	ジュリエンスープ	★ベーコン		人参	玉ねぎ キャベツ セロリ さやえんどう			3.7
	いちごプリン(卵・乳不使用)				いちご果汁	砂糖	油	
のぎ地産地消の日								
18 (水)	ご飯		牛乳			米		821
	牛乳		牛乳					28.4
	あじカツ(ソース)	あじ スケトウダラ			玉ねぎ	パン粉 砂糖	油	22.5
	ひじきの炒め煮	鶏肉 さつま揚げ	ひじき	人参	ごぼう 大根 葱	小麦粉 でんぷん	砂糖	3.1
19 (木)	豚汁	豚肉 豆腐 みそ		人参		じゃがいも	油	
	マリートツオ風クリームサンド		牛乳		みかん パイン	パン 粉あめ	油	895
	牛乳		牛乳					27.6
23 (月)	きびなごのかりかりフライ		きびなご		生姜	でんぷん 米粉	油	36.3
	ポトフ	★ソーセージ		人参	大根 キャベツ 白菜	じゃがいも		2.6
	ドライカレー	豚肉 大豆		人参 ピーマン	玉ねぎ ブルーン	米 カレールウ	油 バター	824
23 (月)	牛乳		牛乳					27.5
	角切り野菜スープ	★ベーコン		パセリ 人参	キャベツ コーン	じゃがいも		21.3
	県産ヨーグルト		ヨーグルト					2.3

※ 物資の都合により、献立が変更になる場合があります。

※ ★印は、卵不使用食品です。

毎月18日は、のぎ地産地消の日です。
太字は、野木町産の予定です。

基準エネルギー	830 Kcal	平均	848
基準たんぱく質	27.0g~41.5g	平均	30.2
基準脂質	18.4g~27.7g	平均	26.6
基準塩分	2.5g未満	平均	2.9



<p>給食時間を振り返って</p>	<p>給食当番の仕事をきちんとできた</p>	<p>前を向いて静かに食べた</p>
<p>自分に必要な量を考えて食べることができた</p>	<p>感謝の気持ちをもって、なるべく残さず食べることができた</p>	<p>時間内に食べ終わることができた</p>