

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」

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			

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	
2 (月)	ご飯					米		802
	牛乳		牛乳					34.7
	鶏肉のレモン煮	鶏肉			レモン	砂糖 でんぷん	油	22.4
	のりあえ	のり		ほうれん草 人参	もやし			3.1
	豆腐とえのきの卵スープ	★ベーコン 豆腐 卵		水菜	えのき茸	でんぷん		
ひなまつり 献立								
3 (火)	メロンパン	卵				パン 砂糖	マーガリン	858
	牛乳		牛乳					27.0
	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	30.3
	白菜スープ	★ベーコン		人参 ほうれん草	白菜		油	3.9
	桃の花三色ゼリー	豆乳			もも果汁 いちご果汁	砂糖		
4 (水)	ご飯					米		931
	牛乳		牛乳					30.0
	ポークカレー	豚肉	脱脂粉乳	人参	にんにく 玉ねぎ	じゃがいも カレールウ	油	30.0
	ほうれん草のツナあえ	まぐろ		ほうれん草	キャベツ コーン		★マヨネーズ	3.3
5 (木)	揚げパン(ココア)					パン 砂糖	油 ココア	906
	牛乳		牛乳					31.0
	鶏肉のクリーム煮	鶏肉	牛乳 粉チーズ	人参 ブロccoli	玉ねぎ ぶなしめじ 白菜	じゃがいも マカロニ 小麦粉	バター	35.5
	茎わかめサラダ		茎わかめ	人参	キャベツ コーン		★ドレッシング	3.1
卒業祝い 献立								
6 (金)	赤飯(ごま塩)	大豆				もち米 米	ごま	892
	牛乳		牛乳					30.7
	黄鯛フライ(ソース)	黄鯛				パン粉 小麦粉	油	27.0
	ゆでキャベツ				キャベツ			2.4
	焼売	豚肉			玉ねぎ 生姜	パン粉 でんぷん 砂糖 小麦粉		
	すまし汁	豆腐 ★なると		ほうれん草	えのき茸			
	いちごのお祝いケーキ	卵			いちご果汁	砂糖 小麦粉		
10 (火)	ミルクトースト		加糖練乳			パン		835
	牛乳		牛乳					31.3
	ポテトのチーズ煮	★ベーコン	チーズ	パセリ	玉ねぎ とうもろこし	じゃがいも	マーガリン	26.3
	ワンタンスープ	豚肉		人参 にはら	しいたけ もやし 葱	ワンタンの皮	油	3.5
11 (水)	ご飯					米		815
	牛乳		牛乳					27.9
	チャプチェ	豚肉		人参 小松菜	にんにく 生姜 椎茸	砂糖 春雨	ごま ごま油	21.9
	カレーロール	豚肉		トマト	たけのこ 白菜キムチ	じゃがいも 小麦粉	油	2.2
	とうもろこしと卵のスープ	卵		ほうれん草	生姜 葱 コーン	でんぷん	油	



まっ いる
ひな祭りの色

女の子の成長を祈るひな祭り。
春を表す色にも注目してみま
しょう。

