

2025年

3月 給食献立予定表

南関町学校給食センター
TEL/FAX 53-8945

日	曜日	牛乳	こんだてめい		黄(き)	赤(あか)	緑(みどり)	栄養価(えいようか)	
			しゅしょく	おかず	おもにからだのエネルギーの もとになるもの	おもにからだを作るも とになるもの	おもにからだのちょうしをと とのえるもの	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
3	月	○	桃の節句献立 南関あげの ちらし寿司	あおさ汁 ハンバーグの和風ソースかけ 菜の花あえ ひなあられ	こめ きょうかまい さとう あぶら でんぶん ノンエッグ ひなあられ	ぎゅうにゅう ちりめん とうふ なんかんあげ かまぼこ ツナ ハンバーグ たまご あおさ	しいたけ にんじん だいのこ れんこん いんげん だいこん えのき レモン なのはな キャベツ きゅうり	小 629	24.5
4	火	○	中学校リクエスト 麦ごはん	節そうめんのみそ汁 鶏の唐揚げ ポテトサラダ	こめ むぎ きょうかまい あぶら そうめん じゃがいも でんぶん ノンエッグ	ぎゅうにゅう なんかんあげ とうふ だしパック とりにく わかめ ハム みそ	にんじん えのき ねぎ レモン きゅうり たまねぎ にんにく	小 699 中 910	24.8 31.7
5	水	○	卒業祝い献立 赤飯	麩のすまし汁 鯛の塩こうじ焼き 磯あえ お祝いケーキ	こめ もちこめ きょうかまい ぶ ごま さとう オリーブ油 ケーキ	ぎゅうにゅう とうふ あずき たいちくわ のり かつおぶし	たまねぎ にんじん ねぎ キャベツ きゅうり にんにく しょうが	小 664 中 849	26.8 34.7
6	木	○	ピタパン	ボークビーンズ 照焼チキンパティ カラフルコースロー	ピタパン じゃがいも さとう あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく てりやきパティ いんげんまめ	たまねぎ にんじん グリンピース トマト きゅうり キャベツ にんにく にんじん ブロッコリー コーン	小 620 中 中学校はありません	26.1
7	金	○	はちみつレモン トースト	キャベツのスパゲティ こんにゃくサラダ	パン マーガリン さとう はちみつ あぶら こんにゃく スパゲティ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ベーコン わかめ ちりめん	レモン たまねぎ しめじ キャベツ にんじん きゅうり コーン にんにく	小 646 中 793	21 25
10	月	○	第一小リクエスト からいも ごはん	豚汁 鶏肉のアングレース 春雨サラダ	こめ きょうかまい さつまいも ごま じゃがいも でんぶん あぶら さとう パンこ はるさめ ごまあぶら	ぎゅうにゅう なんかんあげ ぶたにく みそ とりにく たまご とうふ	えのき ごぼう しょうが しいたけ にんじん きゅうり もやし	小 739 中 917	27 33.5
11	火	○	第二小リクエスト キムタクご飯	節そうめん汁 トマトオムレツ アーモンド和え	こめ むぎ じゃがいも アーモンド あぶら そうめん	ぎゅうにゅう なんかんあげ とうふ わかめ オムレツ ぶたにく ベーコン	キムチ だいこんづけ えのき ねぎ にんじん キャベツ きゅうり	小 641 中 778	22.8 27.3
12	水	○	米粉パン	クリームシチュー ホキのピザソース焼き フルーツポンチ	パン カクテルゼリー しらたまだんご じゃがいも あぶら	ぎゅうにゅう チーズ とりにく ホキ	たまねぎ にんじん しめじ コーン グリンピース ビーマン もも みかん りんご	小 653 中 813	28.7 35.1
13	木	○	麦ごはん	ジャージャン豆腐 ぎょうざ パンパンジーサラダ	こめ むぎ きょうかまい こんにゃく さとう ごまあぶら ごま あぶら	ぎゅうにゅう みそ あつあげ ぎょうざ とりにく ぶたにく てんぷら わかめ	にんじん たまねぎ きゅうり にんにく チンゲンサイ	小 668 中 890	25.4 32.6
14	金	○	第四小リクエスト 麦ごはん	白菜のみそ汁 チキン南蛮・タルタルソース きゅうりのピリ辛 みかん	こめ むぎ きょうかまい あぶら さといも でんぶん さとう ごまあぶら タルタルソース	ぎゅうにゅう なんかんあげ みそ とりにく	だいこん にんじん きゅうり はくさい みかん	小 690 中 861	26.6 31.6
17	月	○	麦ごはん	のっぺい汁 さわらの西京焼き 干草あえ	こめ むぎ きょうかまい さといも こんにゃく でんぶん ごま さとう あぶら	ぎゅうにゅう とうふ なんかんあげ とりにく ハム さわらのさいきょうやき	にんじん しいたけ コーン ごぼう ねぎ キャベツ こまつな	小 628 中 801	26.6 32.4
18	火	○	阿蘇地区の紹介 高菜ごはん	鶏汁 スコッチエッグ 白菜のおかか和え	こめ きょうかまい あぶら さといも こんにゃく ごま さとう	ぎゅうにゅう かつおぶし スコッチエッグ ちりめん とりにく とうふ	たかなづけ しいたけ ごぼう にんじん ねぎ はくさい もやし だいこん	小 663 中 821	26.8 31.5
19	水	○	第三小リクエスト 豚キムチ チャーハン	ポトフ 春巻き ポテトサラダ	こめ ごまあぶら あぶら ノンエッグ じゃがいも	ぎゅうにゅう ウインナー ハム ぶたにく はるまき	キムチ にんじん たまねぎ だいこん キャベツ にら にんにく ブロッコリー きゅうり しょうが	小 722 中 888	23.7 28.1
21	金	○	丸パンカット	タイピーエン ホキのフライ フレンチサラダ	パン はるさめ ごま油 あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ホキのフライ うすらのたまご かまぼこ	きくらげ キャベツ たまねぎ にんじん ねぎ しょうが きゅうり りんご	小 804 中	小学校はありません 34.7

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。

*物資購入等の都合により、予定している献立や使用食材を変更する場合があります。

*各学校、学校行事等で「給食提供がない日」があります。

献立はそのまま載せておりますので、学校からの連絡等で確認されてください。

