



3月 給食献立予定表

嵐山町学校給食センター

日	曜日	献立名			【あかの食品】 おもに、血や肉や骨 のもとになる	【きいろの食品】 おもに、熱や力の もとになる	【みどりの食品】 おもに、 体のちようしをととのえる	栄養量	
		主 食	のみの	おかず				エネルギー kcal	たんぱく質 g
3	月	ひなまつり献立 すめし	牛乳	だいこんとのらぼうなのすましじるとりにくのみそやき(幼1コ 中2コ) ちらしずしのぐ ひなまつりゼリー	ぎゅうにゅう とうふ とりにく とりにくのみそやき	すめし あぶら さとう ひなまつりゼリー	だいこん にんじん のらぼうな ねぎ ごぼう たけのこ ほししいたけ えだまめ	小学校 608 中学校 762	18.2 23.0
4	火	ココアあげパン	牛乳	ウインナーのケチャップに マカロニサラダ (ノンエッグマヨネーズあえ) 【中学のみ】りんご	ぎゅうにゅう ウインナー	コッペパン あぶら ココアパウダー さとう じゃがいも マカロニ ノンエッグマヨネーズ	にんにく たまねぎ トマト にんじん マッシュルーム キャベツ きゅうり コーン (中学のみ)りんご	560 705	16.7 18.6
5	水	ごはん	牛乳	はっばうさい しゅうまい(小2コ 中3コ) もやしナムル(ホトルドレッシング)	ぎゅうにゅう ぶたにく イカ エビ うずらたまご しゅうまい	ごはん あぶら さとう かたくりこ ナムルドレッシング	たまねぎ にんじん たけのこ はくさい ねぎ もやし きゅうり	631 788	23.4 28.8
6	木	じごなうどん	牛乳	とりなんばんうどん ちくわのいそべあげ(小1コ 中2コ) キャロットサラダ(ホトルドレッシング)	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ あおのり	じごなうどん あぶら さとう かたくりこ こむぎこ ソイドレッシング	にんじん だいこん ねぎ こまつな えのきたけ もやし きゅうり コーン	617 778	21.6 28.3
7	金	むぎごはん	牛乳	チキンカレー コールスローサラダ(ホトルドレッシング) いちごゼリー	ぎゅうにゅう とりにく	むぎごはん じゃがいも あぶら コールスローレッシング いちごゼリー	にんにく しょうが にんじん たまねぎ りんご キャベツ きゅうり ブロッコリー コーン	661 806	20.2 24.5
10	月	ごはん	牛乳	じゃがもちじる サバのみそに やさしいため	ぎゅうにゅう とりにく サバのみそに ぶたにく	ごはん あぶら いもち	ごぼう にんじん だいこん ねぎ ほししいたけ キャベツ もやし	630 783	25.5 31.7
11	火	玉ノ岡中 給食委員会作成献立 メロンパン	牛乳	ポトフ とりにくのてりやき フルーツポンチ	ぎゅうにゅう ウインナー とりにく	メロンパン じゃがいも さとう かたくりこ カクテルゼリー	にんじん たまねぎ コーン はくさい にんにく しょうが みかんシロップづけ パインシロップづけ	687 807	25.5 28.4
12	水	ごはん	牛乳	とんじる とりのからあげ(小2コ 中3コ) あおなごまあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ とりからあげ	ごはん じゃがいも あぶら ごまあえのもと	ごぼう にんじん ねぎ だいこん こんにゃく ほうれんそう こまつな もやし	702 898	22.3 27.6
13	木	菅谷中 給食・保健委員会作成献立 ホットちゅうかめん	牛乳	ごもくラーメン ポテもち わふうサラダ(ドレッシングあえ) 【幼・中3のみ】おいわいクレープ	ぎゅうにゅう とりにく イカ うずらたまご わかめ	ホットちゅうかめん あぶら かたくりこ ポテもち さとう わふうレッシング (幼・中3のみ)クレープ	にんにく にんじん たけのこ キャベツ ねぎ こまつな きゅうり コーン	689 912	24.5 30.2
14	金	世界味めぐり ごはん	牛乳	チキンロングライススープ ハンバーグ カラフルサラダ(ホトルドレッシング)	ぎゅうにゅう とりにく ハンバーグ	ごはん はるさめ あぶら イタリアントレッシング	たまねぎ にんじん キャベツ ブロッコリー パプリカ	644 752	22.6 25.3
17	月	ごはん	牛乳	ごじる メンチカツ(ソース) やさいのさっぱりいため	ぎゅうにゅう あぶらあげ だいず とうにゅう メンチカツ とりにく	ごはん あぶら	ごぼう にんじん だいこん ねぎ しょうが もやし キャベツ こまつな	669 -	25.1 -
18	火	ソフトフランスパン	ジョア ストロベリー	ソイミートソーススパゲティ チキンのオープンやき つぼみサラダ (ノンエッグマヨネーズあえ)	ジョアストロベリー ぶたにく だいずミート チキンのオープンやき	ソフトフランスパン スパゲティ あぶら ノンエッグマヨネーズ	にんにく にんじん たまねぎ トマト キャベツ きゅうり コーン ブロッコリー カリフラワー	690 820	29.4 34.0
19	水	わかめごはん	牛乳	とりじゃが おひたし(しょうゆ) 【中学のみ】おいわいクレープ	ぎゅうにゅう とりにく さつまあげ	わかめごはん じゃがいも あぶら さとう (中学のみ)クレープ	にんじん たまねぎ こんにゃく こまつな のらぼうな もやし	564 780	20.3 25.2
21	金	ごはん のりつくだに	牛乳	ぐだくさんみそしる アジフライ(ソース) おいわいクレープ	ぎゅうにゅう のりつくだに あぶらあげ アジフライ	ごはん じゃがいも あぶら クレープ	にんじん だいこん しめじ こまつな ねぎ	708 -	22.4 -

※材料入荷の都合により、献立を変更することがあります。

実施回数 14 回

平均栄養素量

647
799

22.7
27.1

今月の嵐山町産
農産物



ねぎ



だいこん



こまつな



ほうれんそう



のらぼうな

祝！卒業 思い出リクエスト給食

中学3年生を対象に、
アンケートを実施しました。
結果を踏まえて、リクエスト
の多かった料理が、11日・
12日に登場します！！

菅谷中

メロンパン
鶏のから揚げ
ジャーマンポテト
豚汁
フルーツポンチ

主食
主菜
副菜
汁物
デザート

玉ノ岡中

ごはん
鶏のから揚げ
青菜のごま和え
豚汁
フルーツポンチ

お知らせ

1月8日付の通知でお知らせしたとおり、
令和7年度より給食費が改定され、以下の
月額となります。

幼稚園・小学校 5,400円
(小学1年生 4月分は2,700円)
中学校 6,300円
(中学3年生 3月分は3,150円)