

令和7年度

3月

これだてひょう

置戸町学校給食センター

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	緑の仲間 体の調子を整える	黄の仲間 熱や力の元になる	エネルギー
2月	ごはん			こめ 米 小麦 大麦	小 605 kcal
	鶏肉のオイスターマヨ炒め	とりにく 鶏肉	キャベツ さやいんげん	こめ 米 小麦 大麦	中 749 kcal
	切干大根のさつぱり和え	ハム	切干大根 小松菜		
	白菜と厚揚げのみそ汁	厚揚げ	白菜		
3火	ちらし寿司	卵 油揚げ 刻みのり	人参 乾燥椎茸 グリンピース	こめ 米 小麦 大麦 米油	小 614 kcal
	ほうれん草とえのきのこま和え		ほうれん草 えのき もやし	ごま	中 757 kcal
	花麩のすまし汁	わかめ		花麩	
4水	カレーうどん	とりにく 鶏肉 油揚げ	長葱 玉葱 椎茸	うどん 米油	小 635 kcal
	のり塩フライドポテト	青のり		じゃがいも 米油	中 795 kcal
	キャベツの中華サラダ		キャベツ 人参	ごま油	
5木	ごはん			こめ 米 小麦 大麦	小 589 kcal
	豚肉とこんにやくのしょうが煮	豚肉	こんにやく 大根 さやいんげん 生姜		中 725 kcal
	もやしの塩昆布和え	もやし 塩昆布	もやし 小松菜	ごま油	
	しめじのみそ汁	豆腐	しめじ		
6金	ココアパン			ココアパン	小 718 kcal
	たまごコ	たまごコ		米油	中 872 kcal
	ラーメンサラダ	チャーシュー	キャベツ きゅうり ミニトマト	ラーメン ごま油 ごまドレッシング	
	冬野菜のミネストローネ	ベーコン	かぶ セロリ ブロッコリー 白菜 トマト缶		
9月	ごはん			こめ 米 小麦 大麦	小 600 kcal
	鶏と野菜のしょうが炒め	鶏肉	もやし 玉葱 パプリカ 生姜	でんぶん 米油	中 741 kcal
	じゃがいもとチーズのおかかサラダ	ダイスチーズ 鰹節		じゃがいも	
10火	海藻のみそ汁	海藻 ミックス 油揚げ			
	ごはん			こめ 米 小麦 大麦	小 727 kcal
	とんかつ	豚肉 卵		米油 小麦粉 パン粉	中 890 kcal
	大根のこま昆布和え	塩昆布	大根 小松菜	ごま	
11水	水菜のすまし汁		水菜 えのき		
	鶏肉のペペロンチーノ	鶏肉	しめじ ほうれん草 玉葱 にんにく 唐辛子	スパゲティ オリーブ油	小 745 kcal
	ハムエッグ	卵 ハム		米油	中 927 kcal
	カリフラワーとじゃがいものサラダ	ツナ	カリフラワー	じゃがいも	
12木	金時甘納豆赤飯			こめ 米 もち米 金時甘納豆 ごま	小 759 kcal
	ぶりの若草焼き	ぶり	にんにく 小松菜		中 938 kcal
	菜の花のおひたし	鰹節	菜の花 白菜		高 812 kcal
	さつまいも豚汁	豚肉	人参 大根 さつまいも つきこん 生姜	米油	
13金	ごはん			こめ 米 小麦 大麦	小 750 kcal
	フライドチキン	とりにく 鶏肉 牛乳 卵	にんにく	小麦粉 米油	
	チョレギサラダ	刻みのり	キャベツ きゅうり ミニトマト	ごま チョレギサラダドレッシング	高 832 kcal
	レタスのスープ		レタス えのき		
16月	ごはん			こめ 米 小麦 大麦	小 618 kcal
	キムチ豆腐グラタン	豚肉 豆腐 シュレッドチーズ	キムチ 白菜	米油	中 760 kcal
	五目さんびら	とり 鶏ひき肉 さつま揚げ	人参 ごぼう たけのこ つきこん	ごま油	高 634 kcal
	切干大根と小松菜のみそ汁		切干大根 小松菜		
17火	ごはん			こめ 米 小麦 大麦	小 596 kcal
	鶏肉のねぎ塩焼き	鶏肉	長葱	米油	中 723 kcal
	キャベツのゆかり和え		キャベツ チンゲン菜	ごま油	高 597 kcal
	きのこのすまし汁	油揚げ	しめじ えのき 椎茸		
18水	ごはん			こめ 米 小麦 大麦	小 750 kcal
	ポテサラバーグ	豚 豚ひき肉 鶏ひき肉 卵 牛乳 シュレッドチーズ	玉葱 にんにく りんご レモン汁	パン粉 米油 じゃがいも	中 935 kcal
	和風春雨サラダ	わかめ	きゅうり	春雨	高 809 kcal
	ほうれん草のコンソメスープ	ベーコン	ほうれん草 コーン		
19木	お祝いロールケーキ(小6のみ)			お祝いロールケーキ	
	ごはん			こめ 米 小麦 大麦	
	回鍋肉	豚肉	人参 キャベツ にんにく	ごま油	中 693 kcal
	もやしの青のり和え	青のり	チンゲン菜 もやし		高 567 kcal
23月	厚揚げの中華スープ	厚揚げ	白菜 えのき	ごま油	
	カレーピラフ	鶏肉	コーン 玉葱 人参 グリンピース	米 大麦 オリーブ油	小 760 kcal
	バジルマカロニサラダ	ハム	きゅうり バジル	マカロニ	中 930 kcal
	キャベツのふわふわスープ	卵 粉チーズ	キャベツ ほうれん草	パン粉	高 804 kcal
	お祝いロールケーキ(小1在校生)			お祝いロールケーキ	