



1年間のふりかえりチェック

今年度も残りわずかとなりました。一年間にわたり、みんなで給食を食べながら、さまざまな食に関することを学んできました。親子で一緒に、一年間を振り返って、来年度の食生活における目標を立ててみましょう。



協力して給食の準備ができた



野菜のはたらきについて知ることができた



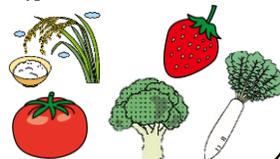
自分に必要な量を考えて、バランス良く食べることができた



感謝の気持ちを持って食べることができた



地域でとれる食べ物が分かった



食についての話を家族とすることができた



パッくんからの野菜メモ

野菜復習クイズに挑戦しよう!!

☆第1問☆

一日に食べると良い野菜の量はどっち?
 ①片手に一杯 ②両手に一杯

☆第2問☆

野菜のはたらき、5つ言えるかな?
 ○に入る言葉を入れてみよう。
 ①元気○○○○病気の予防
 ②骨や血液を作って○○○○成長
 ③おなか○○○○
 ④おはだ○○○○
 ⑤目が○○○○

☆第3問☆

朝ごはんには野菜を食べるメリットって、次のうちどれかな?
 ①おなかすっきり ②集中力アップ ③夏バテ予防

●正解は、今年度に出た献立表のパッくんの野菜メモにのってるよ。何月号にのっているかな?探してみてね。



お忘れないうちに



卒業生はもうすぐ最後の給食です。これからも食べることを大切に!

学校給食メニューコンクール受賞献立が給食に出ます!

岐阜県内の小学6年生を対象に、地場産物を使用した『学校給食メニューコンクール』が行われ、多治見市からもアイデアいっぱい献立を多数応募しました。受賞献立の中から3月の給食献立に取り入れたメニューを紹介いたします。

からあげの食べられる野菜トマトソースかけ (笠原小)

ほうれん草としめじのスパゲッティ (小泉小)

ちょっとぜいたくなだしのお吸い物 (昭和小)



給食に出る日には、このマークがつきます。楽しみにしていてくださいな。

給食メニューを作ってみよう!

【材料】 4人分

- ☆かぼちゃ 1/10個
- ☆ごぼう 1/2本
- ☆にんじん 1/3本
- ☆れんこん 1/4節
- ☆米粉 20g
- ☆塩 適量
- ☆青のり粉 適量

《下準備》

- ・かぼちゃ、にんじん、れんこんは3mmくらいのいちよう切り、ごぼうは斜め薄切りにする。
- ・ごぼう、れんこんは、水にさらし、水気を切っておく。

《作り方》

- ①野菜に米粉を薄くまぶし、170℃の油でカリッと揚げる。
- ②①に塩と青のり粉を全体にまぶしたら完成。

※野菜チップスにすることで、野菜が苦手な子ども、食感が変わって食べやすくなりますよ。
 ※のり塩味の他に、カレー味やコンソメ味など、色々な味付けで作ってみてください。



◆今月の岐阜県産の食材(予定)◆

たじこ給食のお米とトマトは多治見市産です



◆今月の魚◆

<切り身の魚、角切りの魚>
 3日(火)さわら
 9日(月)にしん
 <丸ごと食べる魚>
 6日(金)味付け小魚
 14日(木)いわし

令和8年3月予定献立表

昭和調理場 北栄北陵調理場 池田小学校 滝呂小学校 笠原中学校

日 曜日	献立名			6つの食品群材料名(※6つの食品群をそろえてバランスの良い食事をしましょう)					
				血や肉になるもの		体の調子を整えるもの		熱や力のもとになるもの	
	しゅしよく	しゅさい	ふくさい・くだもの・デザート	肉・魚・卵・豆・豆腐製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	淡色野菜・くだもの・きのこ	穀類・いも・さとう	油脂類
2月	カレーライス (むぎごはん・カレーンチュー(乳))		きなこタフィ だいこんのサラダ	豚肉 ※大豆水煮(幼) 大豆(小中) ※きな粉	※牛乳 ※チーズ	にんじん みずな	たまねぎ にんにく しょうが だいこん	※麦ごはん じゃがいも ※小麦粉 ※上白糖	※なたね油 ※有塩バター ※青じそドレ
3火	ごもくちらし (きざみのり)	さわらのしおこうじやき	なのはなのあえもの わかめじる ひなあられ(幼小) からすみ(中)	鶏肉 ※さわら ※かまぼこ ※あさり 冷凍	※牛乳 わかめ ※だしこんぶ ※一食きざみのり	にんじん なばな	干し椎茸スライス れんこん ごぼう ※紅しょうが しょうが キャベツ きゅうり だいこん はくさい	米 ※上白糖 ※ひなあられ(幼小) ※からすみ(中)	※なたね油
4水	くろこっぺパン(乳)	からあげのたべられる やさしいトマトソースがけ	ごぼうのソテー オニオンスープ	鶏肉 ※レンズ豆	※牛乳	トマト ※カットトマト ピーマン	しょうが にんにく きゅうり なす ごぼう 冷凍コーン たまねぎ エリンギ	※黒こっぺパン ※でん粉 ※上白糖 じゃがいも	※なたね油 ※オリーブ油
5木	むぎごはん(幼小) (かつおふりかけ(幼小) せきはん(中) (ごましお(中))	えびフライ	こまつなのいためもの はなふのすまじる おいおいデザート(中)	※あずき水煮(中) ※えび ※油揚げ 鶏肉 ※フレーク節 ※おおかふりかけ(幼小)	※牛乳	こまつな にんじん みつば	たまねぎ えのきたけ	※麦ごはん(幼小) 米(中) もちこめ(中) ※小麦粉 ※パン粉 ※上白糖 ※型抜きふ ※お祝いデザート(中)	※なたね油 ※ごま塩(中)
6金	むぎごはん	こざかなのあまがらめ	とうふのちゅうかに ちゅうかサラダ	※冷凍角切り豆腐 豚肉 ※なると	※牛乳 ※味付け小魚	チンゲンサイ ブロッコリー	しょうが にんにく もやし はくさい ※たけのこ水煮 千切きくらげ キャベツ	米 麦 ※上白糖 ※でん粉	※なたね油 ※ごま油 ※中華ドレ
9月	むぎごはん	にしんのごまがらめ	おひたし しろみそする	※にしん ※油揚げ ※白みそ	※牛乳 ※煮干し	かぼちゃ	にんにく しょうが キャベツ だいこん はくさい 根深ねぎ	※麦ごはん ※でん粉 ※上新粉 ※上白糖	※なたね油 ※白ごま
10火	たじっこごはん	あげぎょうざ	きりぼしだいこんのピビンバ にらのスープ	※ぎょうざ 豚肉	※牛乳	こまつな にんじん にら	しょうが にんにく 根深ねぎ もやし 切干し大根 たまねぎ キャベツ 冷凍コーン	米 ※上白糖	※なたね油
11水	ほうれんそうとしめじの スパゲッティ こがたこっぺパン(乳)	ウィンナーのてっぺんやき	にしよくポテトサラダ デコボン(幼小)	豚肉 ※ウィンナー	※牛乳	にんじん ほうれんそう	しょうが にんにく たまねぎ しめじ きゅうり ※デコボン(幼 小)	※小型こっぺパン ※スパゲッティ じゃがいも ※さつまいも	※オリーブ油 ※なたね油 ※ノンエッグマヨネーズ
12木	むぎごはん	あげどうふのやさしいあんかけ	にんじんのきんぴら どろろこんぶじる	※揚げ出し豆腐 豚肉 鶏肉 ※フレーク節	※牛乳 ※どろろ昆布	ピーマン にんじん	たまねぎ だいこん えのきたけ キャベツ	米 麦 ※上白糖 ※でん粉 ※糸こんにゃく	※なたね油
13金	むぎごはん	ぶたにくのねぎしおいため	にびたし ちょっとせいたくなだしのすしもの デコボン(中)	豚肉 ※オイルツナ ※大豆水煮 ※フレーク節	※牛乳 ※だしこんぶ	こまつな にんじん トマト かぶの葉	しょうが にんにく 根深ねぎ はくさい 白かぶ 冷凍コーン ※デコボン(中)	米 麦 ※でん粉 ※上白糖	※なたね油
16月	むぎごはん	▲かきあげ(ノンエッグ)	いそかあえ ぶたじる	※大豆水煮 ※半月スライスちくわ 豚肉 ※赤みそ	※牛乳 ※焼ばらのり ※煮干し	みつば かぼちゃ ほうれんそう にんじん	たまねぎ キャベツ はくさい だいこん ごぼう 根深ねぎ	※麦ごはん ※小麦粉 ※上白糖 ※板こんにゃく	※なたね油
17火	ピザトースト(乳)	とりにくのスープに	きんときまめのサラダ ミルクプリン(乳)(幼小)	※ハム ※金時豆 鶏肉	※牛乳 ※チーズ	ピーマン ※カットトマト にんじん かぶの葉	たまねぎ ※マッシュルーム水煮 だいこん レタス 白かぶ キャベツ	※食パン じゃがいも ※ミルクプリン(幼・小)	※なたね油 ※ごまドレ
18水	ごもくラーメン (いっしょくラーメン・ ごもくラーメンスープ)	いかのびりからやき	オイスターいため ぶどうグミ(中)	豚肉 ※いか短冊 鶏肉	※牛乳	にんじん チンゲンサイ	しょうが にんにく もやし キャベツ ※メンマ 根深ねぎ れんこん	※一食ラーメン ※ぶどうグミ(中)	※なたね油
19木	せきはん(幼小) (ごましお(幼小) むぎごはん(中) (のりつくだに(中))	ぶたにくのおろしかけ	ブロッコリーのおかかあえ かきたまじる おいおいデザート(幼小)	※あずき水煮(幼小) 豚肉 ※かつお削り節 ※梅形かまぼこ ※冷凍液卵 ※フレーク節	※牛乳 ※のり佃煮(中)	ブロッコリー	しょうが だいこん キャベツ 冷凍コーン たまねぎ しいたけ 根深ねぎ	米(幼小) もちこめ(幼小) ※麦ごはん(中) ※上白糖 ※でん粉 ※お祝いゼリー(幼) ※ごま塩(幼小) ※お祝いデザート(小)	※なたね油 ※ごま塩(幼小)
23月	むぎごはん	ちくわのさらさあげ	すのもの にくじやが	※焼き竹輪 豚肉 ※フレーク節	※牛乳 わかめ	にんじん 冷凍さやいんげん	だいこん きゅうり たまねぎ	※麦ごはん ※小麦粉 ※上白糖 じゃがいも ※糸こんにゃく	※なたね油
24火	たじっこごはん	あつあげのそぼろあんかけ	ひじきのいために なめこのみそする ぎふりんごゼリー(中)	※冷凍厚揚げ 豚肉 ※粒状大豆 ※半月スライスちくわ ※赤みそ ※白みそ	※牛乳 ※ひじき ※煮干し	にんじん	しょうが ※冷凍えだまめ なめこ はくさい 根深ねぎ	米 ※上白糖 ※でん粉 里芋 ※ぎふりんごゼリー(中)	※なたね油
25水	セルフオムライス (トマトピラフ・うすやきたまご・いっしょくケチャップ)	ポトフ やさしいチップス		※うすやきたまご 鶏肉 ※ひよこ豆	※牛乳 ※青のり粉	※ドライミックストマトピラフ ※マトピュレー かぼちゃ にんじん	はくさい たまねぎ カリフラワー ごぼう れんこん	米 麦 じゃがいも ※上新粉	※なたね油

 このマークがついている献立は、地場産物を活用した「私が考えた学校給食メニューコンクール」で入賞した献立です。
この献立表には調味料等記載されていないものがあります。アレルギーの確認は、「献立および材料表」と「原材料明細」を使用してください。
幼稚園、小・中学校のお休みは園、学校の行事予定をご確認ください。

《2026年3月分 学校給食 献立及び材料表》 (小学校) 昭和調理場 北栄北陵調理場 滝呂小学校 池田小学校 (単位:グラム)

日	3月2日月	3月3日火	3月4日水	3月5日木	3月6日金	3月9日月	3月10日火	3月11日水	
献立及び材料 (中学年)	むぎごぼん	ごもくちらし	くろコッパパン(乳)	むぎごぼん(幼小)	むぎごぼん	むぎごぼん	たじっこごぼん	こがたコッパパン(乳)	
	※麦ごぼん 88	米 80	※黒コッパパン 55	※麦ごぼん 88	米 81	※麦ごぼん 88	米 90	※小型コッパパン 30	
	牛乳	※上白糖 1.3	牛乳	牛乳	麦 9	牛乳	牛乳	牛乳	
	※牛乳 206	※米酢 8	※牛乳 206	※牛乳 206	牛乳 206	※牛乳 206	※牛乳 206	※牛乳 206	
	カレーシチュー(乳)	※酢 0.1	からあげのたべられるやさいトマトソースかけ	えびフライ	※牛乳 206	※牛乳 206	にしんのごまからめ	あげぎょうざ	ほうれんそうとしめじのスパゲッティ
	じゃがいも 40	※食塩 0.15	鶏肉 40	※えび 30	とうふのちゅうかに	※にしん 45	※ぎょうざ(小) 34	※スパゲッティ 35	
	たまねぎ 50	干し椎茸スライス 0.3	しょうが 1	※酒 1.5	※冷凍角切り豆腐 70	※酒 2	※なたね油 4	豚肉 25	
	にんじん 20	れんこん 8	にんにく 0.5	※食塩 0.1	豚肉 25	にんにく 0.5	きりほしだいこんのピピンパ	しょうが 1	
	豚肉 15	ごぼう 5	※酒 2	※小麦粉 4	※なると 10	しょうが 1	豚肉 20	にんにく 0.5	
	※なたね油 0.5	にんじん 8	※しょうゆ 1	※パン粉 5	しょうが 1	※しょうゆ 1.5	しょうが 0.3	にんじん 10	
	にんにく 0.5	鶏肉 8	塩コショウ 0.1	※なたね油 4	にんにく 0.5	※でん粉 2	にんにく 0.2	たまねぎ 40	
	しょうが 1	※紅しょうが 0.5	※でん粉 8	たれべつづけ	※なたね油 1	※上新粉 2	根深ねぎ 3	しめじ 15	
	※小麦粉 5	※しょうゆ 4	※なたね油 4	※ケチャップ 2	もやし 20	※なたね油 4	※酒 1	ほうれんそう 10	
	※有塩バター 5	※上白糖 1	たれべつづけ	※ウスターソース 2	はくさい 20	※上白糖 2	※しょうゆ 0.5	※オリーブ油 1	
	※カレー粉 0.5	※酒 2	きゅうり 3	※上白糖 0.1	※たけのこ水煮 10	※みりん 1	※上白糖 0.2	ロリエ 0.01	
	※チーズ 2	牛乳 206	なす 5	水 2	チンゲンサイ 15	※しょうゆ 2	こまつな 10	※コンソメ 2	
	※洋風スープの素 1	※牛乳 206	トマト 5	こまつなのいためもの	千切きくらげ 0.2	※白ごま 0.5	もやし 10	※しょうゆ 1.5	
	※しょうゆ 3	さわらのしおこうじやき	※カットトマト 5	こまつな 25	※中華スープの素 1	※でん粉 0.3	にんじん 10	塩コショウ 0.1	
	※ウスターソース 4	※さわら 50	塩コショウ 0.1	にんじん 15	※上白糖 0.1	水 8	切干し大根 2	黒こしょう 0.01	
	※ケチャップ 5	しょうが 0.5	※オリーブ油 0.5	※油揚げ 5	※しょうゆ 4	おひたし 8	※しょうゆ 2	水 70	
	※牛乳 20	※塩こうじ 3	※コンソメ 0.5	※なたね油 1	※ごま油 0.5	キャバツ 23	※コチジャン 0.3	ウィンナーのてっぼんやき	
	オールスパイス 0.02	※酒 2	※しょうゆ 0.3	※液体かつおだし 0.3	※酒 1	だいこん 25	※鶏ガラスープ 0.3	※ウィンナー 27	
	クローブ 0.02	※みりん 1	※上白糖 0.1	※しょうゆ 1	塩コショウ 0.1	※上白糖 0.5	※酢 0.8	※なたね油 0.5	
	ナツメグ 0.02	※なたね油 0.5	※でん粉 0.2	※上白糖 0.2	※でん粉 1	※みりん 1	※上白糖 1	にしよくポテトサラダ	
	ロリエ 0.01	なのほなのあえもの	水 5	※みりん 0.5	水 30	※液体かつおだし 0.2	※なたね油 1	じゃがいも 15	
	塩コショウ 0.1	キャバツ 15	ごぼうのソテー	はなふのすましじる	ござかなのあまがらめ	※しょうゆ 1	にらのスープ	さつまいも 20	
	水 50	なばな 20	ピーマン 3	※型抜きふ 2	※味付け小魚 8	しろみそしる	にら 10	きゅうり 10	
	きなこタフィ	きゅうり 10	ごぼう 25	鶏肉 15	※なたね油 0.1	かぼちゃ 30	たまねぎ 20	※ノンエッグマヨネーズ 5	
	大豆 12	※上白糖 0.5	冷凍コーン 10	たまねぎ 20	※しょうゆ 0.6	はくさい 20	キャバツ 20	デコボン(幼小)	
	※なたね油 1	※みりん 1	※なたね油 1	えのきたけ 10	※上白糖 0.9	※油揚げ 3	冷凍コーン 5	※デコボン 40	
	※上白糖 3	※液体かつおだし 0.2	※しょうゆ 0.3	みつば 5	※酒 0.6	根深ねぎ 10	※しょうゆ 2		
	※きな粉 1.2	※しょうゆ 1	塩コショウ 0.1	※フレーク節 2	水 0.09	※煮干し 2	※中華スープの素 1		
	※食塩 0.05	わかめじり	※鶏ガラスープ 0.4	※みりん 0.3	ちゅうかサラダ	※白みそ 8	塩コショウ 0.1		
	水 1.5	※かまぼこ 10	オニオンスープ	※しょうゆ 0.5	ブロッコリー 25	水 110	水 110		
	だいこんのサラダ	わかめ 0.5	たまねぎ 50	※白しょうゆ 2	キャバツ 18				
	だいこん 30	※あさり 冷凍 10	じゃがいも 10	※食塩 0.1	※中華ドレ 5				
	みずな 20	だいこん 15	エリンギ 10	水 110					
	※青じそドレ 5	はくさい 20	※レンズ豆 10	かつおふりかけ(幼小)					
		※だしこんぶ 2	※なたね油 0.5	※おかかふりかけ 2					
		※みりん 0.3	※洋風スープの素 1						
		※しょうゆ 0.5	塩コショウ 0.1						
		※白しょうゆ 2	乾燥パセリ 0.01						
		※食塩 0.1	※しょうゆ 0.5						
		水 110	水 110						
		ひなあられ(幼小)							
		※ひなあられ 5							
		きざみのり							
		※一食きざみのり 0.3							
エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	
695	2	602	2.6	631	2.7	621	2	662	
628	1.5	611	2.4						

日	3月12日木	3月13日金	3月16日月	3月17日火	3月18日水	3月19日木	3月23日月	3月24日火	
献立及び材料 (中学年)	むぎごぼん	むぎごぼん	むぎごぼん	ピザトースト(乳)	ラーメン	せきぼん(幼小)	むぎごぼん	たじっこごぼん	
	米 81	米 81	※麦ごぼん 88	※食パン 55	※一食ラーメン 200	米 72	※麦ごぼん 88	米 90	
	麦 9	麦 9	牛乳	たまねぎ 20	牛乳	もちこめ(アルファ化米) 8	牛乳	牛乳	
	牛乳	牛乳	※牛乳 206	※ハム 10	※牛乳 206	※あずき水煮 16	※牛乳 206	※牛乳 206	
	※牛乳 206	※牛乳 206	▲かきあげ(ノンエッグ)	※マッシュルーム水煮 8	ごもくラーメンスープ	※食塩 0.2	ちくわのさらさあげ	あつあげのそぼろあんかけ	
	あげどうふのやさいあんかけ	ぶたにくのねぎしおいため	※大豆水煮 12	ピーマン 8	豚肉 20	※酒 1	※焼き竹輪 25	※冷凍厚揚げ 50	
	※揚げ出し豆腐 大 65	豚肉 50	※半月スライスちくわ 8	※カットトマト 8	しょうが 1	牛乳	※食塩 0.05	※なたね油 0.5	
	※なたね油 5	黒こしょう 0.01	みつば 3	※なたね油 0.5	にんにく 0.5	※牛乳 206	※カレー粉 0.25	豚肉 8	
	たれべつづけ	※食塩 0.1	かぼちゃ 20	塩コショウ 0.1	もやし 20	ぶたにくのおろしかけ	※小麦粉 7	※粒状大豆 2	
	たまねぎ 5	※酒 2	たまねぎ 30	※チリソース 1.5	キャバツ 15	豚肉 45	※ベーキングパウダー 0.1	しょうが 0.3	
	ピーマン 2	しょうが 0.8	※食塩 0.2	※ケチャップ 6	※メンマ 10	しょうが 0.5	※なたね油 5	※しょうゆ 1.5	
	※しょうゆ 1.5	にんにく 0.3	※小麦粉 15	※ウスターソース 2	根深ねぎ 10	※しょうゆ 0.5	すのもの 2	※酒 1	
	※液体かつおだし 0.2	※なたね油 1	※ベーキングパウダー 0.2	※チーズ 17	※白濁ラーメンスープの素 7	※酒 2	だいこん 25	※上白糖 1	
	※みりん 1	根深ねぎ 15	※なたね油 4	牛乳 206	※鶏ガラスープ 1	※なたね油 1	きゅうり 20	※みりん 0.7	
	※上白糖 0.5	塩コショウ 0.3	いそがあえ	※牛乳 206	※しょうゆ 0.5	だいこん 18	わかめ 0.3	※でん粉 0.3	
	※でん粉 0.3	※しょうゆ 0.3	ほうれんそう 22	きんときまめのサラダ	塩コショウ 0.1	※しょうゆ 2	※酢 1.5	水 30	
	水 10	※でん粉 0.2	キャバツ 28	だいこん 30	水 120	※みりん 1	※しょうゆ 1	ひじきのいために	
	にんじんのきんぴら	水 5	※焼ばらのり 0.5	レタス 10	いかにひりからやき	※上白糖 0.05	※上白糖 0.8	※ひじき 1.8	
	豚肉 15	にびたし	※淡口しょうゆ 1.5	※金時豆 10	※いか短冊 50	※液体かつおだし 0.3	※くじゃが 10	※半月スライスちくわ 10	
	にんじん 20	はくさい 30	※しょうゆ 0.2	※ごまドレ 5	しょうが 1	※でん粉 0.2	豚肉 20	にんじん 10	
	※糸こんにゃく 10	こまつな 20	※みりん 0.7	とりにくのスープに	※しょうゆ 1.5	水 5	じゃがいも 50	※冷凍えだまめ 5	
	※みりん 1	※オイルツナ 7	※上白糖 0.7	鶏肉 20	※酒 2	ブロッコリーのおかかあえ	にんじん 20	※しょうゆ 1.5	
	※しょうゆ 1.5	※液体かつおだし 0.3	ぶたじる	じゃがいも 30	※コチジャン 0.5	ブロッコリー 20	たまねぎ 40	※みりん 1	
	※上白糖 0.5	※しょうゆ 1	豚肉 15	白かぶ 20	※豆板醤 0.01	キャバツ 12	※糸こんにゃく 10	※上白糖 0.5	
	一味唐辛子 0.01	※上白糖 0.3	にんじん 10	キャバツ 25	※なたね油 2	冷凍コーン 10	冷凍さやいんげん 5	※なたね油 0.3	
	※なたね油 0.5	※みりん 0.5	はくさい 10	にんじん 15	オイスターいため	※みりん 0.5	※しょうゆ 4	なめこのみそしる	
	とろろこんぶ	ちよつとせいたくだしのおすいもの	だいこん 15	※なたね油 0.5	にんじん 10	※上白糖 0.3	※上白糖 2	里芋 15	
	だいこん 15	にんじん 10	ごぼう 15	かぶの葉 3	れんこん 10	※しょうゆ 1.5	※みりん 1	なめこ 15	
	えのきたけ 10	トマト 15	※板こんにゃく 5	※洋風スープの素 0.8	鶏肉 15	※かつお削り節 0.3	※みりん 1	はくさい 20	
	キャバツ 15	かぶの葉 3	根深ねぎ 5	※しょうゆ 1	チンゲンサイ 10	かきたまじる	水 20	根深ねぎ 10	
	鶏肉 15	白かぶ 15	※赤みそ 8	ロリエ 0.01	※なたね油 1.5	※梅形かまぼこ 10		※煮干し 2	
	※フレーク節 2	冷凍コーン 5	※煮干し 2	塩コショウ 0.1	※かき油 0.5	たまねぎ 20		※赤みそ 4	
	※しょうゆ 0.5	※大豆水煮 15	水 110	水 40	※中華スープの素 0.3	※冷凍液卵 18		※白みそ 4	
	※白しょうゆ 2	※白しょうゆ 2		ミルクプリン(乳)(幼小)	※しょうゆ 0.5	しいたけ 5		水 110	
	※食塩 0.05	※しょうゆ 1		※ミルクプリン(幼・小) 60	塩コショウ 0.05	根深ねぎ 5			
	※とろろ昆布 1.35	※フレーク節 1				※しょうゆ 0.5			
	水 110	※だしこんぶ 1				※淡口しょうゆ 2			
		※食塩 0.1				※フレーク節 2			
		水 110				※食塩 0.1			
						※でん粉 0.2			
						水 110			
						お祝いデザート(幼小)			
						※お祝いデザート(小) 35			
						ごましお(幼小)			
						※ごま塩 1			
	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー	塩分	エネルギー
	603	1.3	612	1.6	663	1.8	614	3.5	635
	658	1.6	613	2.1					

*エネルギーの単位はKcalです。 *食材の分量は、中学年の分量になっています。
 *塩分の単位はgです。 *入荷都合等により、献立もしくは材料を変更する場合がありますので、ご了承下さい。
 *ドレッシングの表記は〇〇ドレになっています。

令和8年3月

しょうがっこう もりつけず

昭和調理場 北栄北陵調理場 池田小学校 滝呂小学校

月	火	水	木	金
<p>2 だいこんのサラダ</p> <p>きなこファイ</p> <p>カレーシチュー(乳)(じよきよよく)</p> <p>〔主食〕 むぎごはん</p>	<p>3 さわらのしおこうじやき</p> <p>なののはの あえもの</p> <p>わかめじる</p> <p>〔主食〕 ごもくちらし(きざみのり)</p>	<p>4 ごぼうのソテー</p> <p>からあげのたべられる やさいトマトソースかけ (たれべつづけ)</p> <p>オニオンスープ</p> <p>〔主食〕 くらコッパン(乳)</p>	<p>5 えびフライ(たれべつづけ)</p> <p>こまつなの いためもの</p> <p>はなふのすましじる</p> <p>〔主食〕 むぎごはん(かつおふりかけ)</p>	<p>6 ちゅうかサラダ</p> <p>こざかなの あまがらめ</p> <p>とうふのちゅうかに</p> <p>〔主食〕 むぎごはん</p>
<p>9 にしんのごまがらめ</p> <p>おひたし</p> <p>しろみそしる</p> <p>〔主食〕 むぎごはん</p>	<p>10 きりほしだいこんのピンピバ</p> <p>あげぎょうざ</p> <p>にらのスープ</p> <p>〔主食〕 たじっこごはん</p>	<p>11 にしょくポテトサラダ</p> <p>ウィンナーの てっぱんやき</p> <p>デコボン</p> <p>ほうれんそうとしめじのスパゲッティ</p> <p>〔主食〕 こがたコッパン(乳)</p>	<p>12 あげどうふのやさいあんかけ(たれべつづけ)</p> <p>にんじんの きんぴら</p> <p>とろろこんぶじる</p> <p>〔主食〕 むぎごはん</p>	<p>13 ぶたにくのねぎしおいため</p> <p>にびたし</p> <p>ちよつとぜいたくな だしのすいもの</p> <p>〔主食〕 むぎごはん</p>
<p>16 ▲かきあげ(ノンエッグ)</p> <p>いそかあえ</p> <p>ぶたじる</p> <p>〔主食〕 むぎごはん</p>	<p>17</p> <p>ミルク プリン(乳)</p> <p>きんときまめの サラダ</p> <p>とりにくのスープに</p> <p>〔主食〕 ピザトースト(乳)</p>	<p>18 オイスターいため</p> <p>いかのびりからやき</p> <p>ごもくラーメンスープ</p> <p>〔主食〕 いっしょくラーメン</p>	<p>19 ☆ ぶたにくのおろしかけ</p> <p>ブロッコリーの おかかあえ</p> <p>かきたまじる(じよきよよく)</p> <p>〔主食〕 せきはん(ごましお)</p>	<p>20</p> <p>しゅんぶん ひ</p> <h1>春分の日</h1>
<p>23 ちくわのさらさあげ</p> <p>すのもの</p> <p>にくじゃが</p> <p>〔主食〕 むぎごはん</p>	<p>24 あつあげのそぼろあんかけ</p> <p>ひじきの いために</p> <p>なめこのみそしる</p> <p>〔主食〕 たじっこごはん</p>			



このマークがついている献立は、地場産物を活用した「私が考えた学校給食メニューコンクール」で入賞した献立です。

多治見市教育委員会事務局 食育推進課