



令和7年3月 学校給食予定献立表



大崎学校給食センター

今月の給食目標



食事のマナーを見直そう！

※地場産物（広島県産）については、太字にしています。
※栄養価は基準として、小学校3、4年生の量で記載しています。
※物資の都合で、献立を変更することがあります。ご了承ください。
※これまでお子さんが食べたことのない食べ物が出ている場合は、
念のため、ご家庭で事前に食べる経験をしていただくなど、ご配慮ください。

日	曜日	献立名	主な使用材料						栄養価 エネルギー (kcal) 食塩 (g)	
			赤		緑		黄			
			血や肉になる食品		体の調子を整える食品		熱や力になる食品			
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		
			肉・鶏・卵・大豆製品	牛乳・乳製品・海藻類	緑黄色野菜	その他の野菜・果実類	穀物・芋類・砂糖類	油脂類・塩漬類		
3	月	大豆梅じゃこご飯 牛乳 しいたけの肉野菜炒め ◆フルーツポンチ	★桃の節句献立 ★かみかみデー	大豆 豚肉 	牛乳 しらすきし	にんじん にら 	キャベツ もやし 梅 しいたけ みかん 桃	米 砂糖 白玉もち ゼリー	米油 白ごま ごま油	618 0.9
4	火	ご飯 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 ひじきとささみの甘酢和え ◆豚キムチチャーハン 牛乳 無限白菜 オニオンスープ		豚肉 鶏肉 	牛乳 きしひじき	にんじん さやいんげん	玉ねぎ キャベツ 枝豆 	米 じゃがいも 砂糖 片栗粉	米油 白ごま ごま油	545 1.0
5	水	豚キムチチャーハン 牛乳 無限白菜 オニオンスープ		豚肉 ツナ ベーコン 	牛乳	にんじん	白菜 玉ねぎ しめじ 	米 	ごま油 米油 マヨネーズ 白ごま	599 2.2
6	木	ご飯 牛乳 ◆チキンチキンごぼう ◆春雨スープ いちごショコラケーキ	★卒業お祝い献立	鶏肉 	牛乳	にんじん チンゲン菜 	ごぼう 枝豆 もやし	米 片栗粉 砂糖 春雨 ケーキ	サラダ油	708 1.3
7	金	ご飯 牛乳 白身魚のカレー焼き わかめとキャベツの青じそ風味 熱く燃えろ!!Cスープ	★ひろしま給食	ホキ ベーコン 	牛乳 わかめ しらすきし	小松菜 にんじん トマト 	キャベツ 玉ねぎ しいたけ	米 じゃがいも	米油	517 1.2
10	月	ご飯 牛乳 ◆ひとくちから揚げ ゆかり和え キャベツのみそ汁		鶏肉 油揚げ みそ 	牛乳	にんじん 小松菜 ねぎ 	もやし 玉ねぎ キャベツ	米 片栗粉 薄力粉	サラダ油	640 1.2
11	火	ご飯 牛乳 豆腐チゲ 米粉めんのサラダ	★韓国の韓王料理 「豆腐チゲ」	豚肉 豆腐 油揚げ	牛乳 	にんじん	白菜 しいたけ 白ねぎ キャベツ 糸こんにゃく とうもろこし	米 米粉めん 砂糖	米油 ごま油 	582 1.3
12	水	ご飯 牛乳 鶏肉とキャベツのトマト煮 ポテトサラダ		鶏肉 ハム	牛乳	にんじん トマト ブロッコリー 	キャベツ 玉ねぎ しめじ きゅうり	米 じゃがいも 	米油 マヨネーズ	592 1.2
13	木	ナン 牛乳 キーマカレー わけぎサラダ	★パンの日 ★広島県の郷土料理 「わけぎサラダ」	大豆 牛肉 豚肉 ツナ 	牛乳	にんじん わけぎ ピーマン	玉ねぎ キャベツ	ナン 薄力粉 砂糖	米油 マヨネーズ 	635 2.9
14	金	ご飯 牛乳 さわらの梅マヨ焼き 春菊の白和え ほうれん草のみそ汁		さわら 豆腐 みそ	牛乳	春菊 にんじん ほうれん草 	キャベツ 玉ねぎ しめじ 梅	米 砂糖 じゃがいも	マヨネーズ 白ごま ねりごま 	612 1.4
17	月	ご飯 牛乳 しょうゆラーメン わかめサラダ		豚肉	牛乳 わかめ 	にんじん ねぎ 小松菜	白菜 もやし キャベツ とうもろこし レモン 	米 中華めん 砂糖	ごま油 オリーブ油	550 2.3
18	火	ご飯 牛乳 シーチキン焼き 大豆ともやしのスープ ◆焼きプリンタルト		ツナ 鶏肉 大豆 	牛乳 チーズ	にんじん	玉ねぎ とうもろこし もやし 	米 タルト	マヨネーズ 米油	691 1.7
19	水	さつまいも 牛乳 大根のからし和え お吸い物	★町内統一献立 「なら茶飯」	さつまいも 卵 油揚げ 豆腐 かまぼこ 	牛乳 わかめ	にんじん 小松菜	ごぼう キャベツ 白ねぎ 大根 えのきたけ きししいたけ 	米 砂糖	503 2.5	
21	金	ご飯 牛乳 鶏肉と野菜のアーモンド炒め えのきの中華スープ		鶏肉 豚肉	牛乳	にんじん ねぎ ピーマン	玉ねぎ キャベツ もやし えのきたけ 	米 砂糖 片栗粉	アーモンド 米油 ごま油	582 1.6
24	月	ご飯 牛乳 いわしのアングレース キャベツのかおり和え ジュリアンスープ		いわし 豚肉 	牛乳 青のり	にんじん	生姜 キャベツ 玉ねぎ	米 片栗粉 砂糖 パン粉 じゃがいも	サラダ油 白ごま	585 1.6
25	火	ご飯 牛乳 回鍋肉 チーズサラダ		豚肉 みそ ツナ	牛乳 チーズ	にんじん ピーマン	玉ねぎ たけのこ 白ねぎ キャベツ きゅうり 	米 砂糖 片栗粉	米油 ごま油 オリーブ油	587 1.0



2月と3月は、卒業学年（小6・中3・高3）のみなさんがもう一度食べたい「アンコール給食」が出ます。◆の印が付いているものがアンコール給食です。
【主食】【主菜】【副菜・汁物】【デザートなど】のそれぞれの部門の第1位～第3位が出るので楽しみにしてくださいね。

