



# 令和7年度 3月学校給食予定献立表 (中学校)



★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。

※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。

※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

西部学校給食センター 0957-28-9580

ひ ご ち	よ う び	こ ん だ て め い	含 ま れ る ア レ ル ギ ー	ざ い り ょ う						エ ネ ル ギ ー kcal
				血 や 肉 の も と に な る		体 の 調 子 を と の え る		熱 や 力 の も と に な る		た ん ぱ く 質 g
				肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚 海藻	色 の こ い 野 菜	色 の う す い 野 菜 く だ も の ・ き の こ	こ く 類 ・ い も 類 ・ さ と う	脂 質	
2	月	ごはん						米		772 26.0
		牛乳	乳		牛乳					
		つみれ汁	大豆、魚	お野菜つみれ 厚揚げ みそ		にんじん ねぎ	たまねぎ ごぼう			
		かぼちゃコロッケ	小麦、大豆					南瓜コロッケ	油	
		キャベツのひじきあえ	小麦、大豆		しそ味 ひじき	にんじん	キャベツ	さとう		
3	火	パン	小麦、乳、大豆、果物					パン		749 29.1
		牛乳	乳		牛乳					
		ラビオリのミートソース	小麦、牛肉、大豆、 鶏肉、豚肉、りんご	豚肉		にんじん ダイストマト パセリ	たまねぎ にんにく	ラビオリ 小麦粉 さとう	オリーブ油 油	
		ブロッコリーのサラダ	小麦、大豆、果物			ブロッコリー	キャベツ とうもろこし レモン	さとう	油	
		いちご	果物				いちご			
4	水	散らし寿司	小麦、大豆			にんじん きぬさや	ごぼう しいたけ	米 さとう		759 29.7
		牛乳	乳		牛乳					
		菜の花入りすまし汁	小麦、大豆、魚	豆腐 はんぺん		なの花	えのきたけ			
		魚の野菜あんかけ	小麦、大豆、魚	ほき		にんじん	たまねぎ たけのこ グリーンピース しいたけ しょうが	でん粉 さとう	油	
		ひなあられ	大豆					ひなあられ		
5	木	麦ごはん						米 麦		784 36.6
		牛乳	乳		牛乳					
		スーミータン	小麦、卵、ごま、大豆、 鶏肉、豚肉	鶏肉 ハム 卵		パセリ	とうもろこし たまねぎ	でん粉	ごま油	
		肉野菜炒め	小麦、ごま、大豆、 豚肉、りんご、果物	豚肉 みそ		にんじん ピーマン	キャベツ にんにく しょうが りんご	さとう	油 ごま油 ごま	
6	金	麦ごはん						米 麦		872 31.4
		牛乳	乳		牛乳					
		チキンカレー	小麦、乳、大豆、鶏肉、 りんご、果物	鶏肉 レバーそぼろ	牛乳	にんじん	たまねぎ グリーンピース りんご	じゃがいも	油	
		トンカツ	小麦、大豆、豚肉	ローストンカツ					油	
		野菜のマリネ	小麦、大豆			ブロッコリー 赤パプリカ	きゅうり	さとう	オリーブ油	
		お祝いデザート	大豆、果物					お祝いデザート		
9	月	ごはん						米		805 29.6
		牛乳	乳		牛乳					
		豚汁	大豆、豚肉	豚肉 厚揚げ みそ		にんじん	だいこん こんにゃく ごぼう 深ねぎ	さといも		
		ハンバーグ照り焼きソース	小麦、大豆、鶏肉、豚肉	国産ミートハンバーグ				さとう でん粉		
		煮なます	小麦、ごま、大豆	油揚げ		にんじん	だいこん しいたけ	さとう	油 ごま	



## 卒業式

11	水	麦ごはん						米 麦		769 34.8
		牛乳	乳		牛乳					
		麻婆豆腐	小麦、ごま、大豆、豚肉	豆腐 豚肉 赤みそ		にんじん	たまねぎ しいたけ 深ねぎ しょうが	さとう でん粉	油 ごま油	
		シュウマイ	小麦、大豆、鶏肉、豚 肉、貝	シュウマイ						
		ハムともやしの甘酢炒め	ごま、大豆、豚肉	ハム			もやし	さとう	油 ごま油 ごま	



# 令和7年度 3月学校給食予定献立表（中学校）



★材料や分量、アレルギーの表示については、こちらをご覧ください。

※ハム、ベーコン、はんぺん、揚げかまぼこ、棒天、かまぼこ、ちくわには、卵や乳は含まれていません。

※献立の材料は、天候などにより変更することがありますので、ご了承下さい。

※春巻きやハンバーグなど、加工食品の原料を確認したい方は直接給食センターにお尋ねください。

西部学校給食センター 0957-28-9580

ひ ご ち	よ う び	こ ん だ て め い	含 ま れ る ア レ ル ギ ー	ざ い り ょ う						エ ネ ル ギ ー kcal
				血 や 肉 の も と に な る		体 の 調 子 を と の え る		熱 や 力 の も と に な る		た ん ぱ く 質 g
				肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚 海藻	色 の こ い 野 菜	色 の う す い 野 菜 く だ も ・ き の こ	こ く 類 ・ い も 類 ・ さ と う	脂 質	
12	木	わかめごはん			味わかめ			米 麦	804 27.7	
		牛乳	乳		牛乳					
		利休汁	小麦、ごま、大豆	みそ		にんじん	ごぼう だいこん 深ねぎ ししいたけ			練りごま ごま
		トマトオムレツ	卵、大豆、鶏肉	オムレツ						
		昆布の炒め煮	小麦、大豆、魚	揚げかまぼこ 油揚げ	昆布	いんげん にんじん		さとう		油
		ヨーグルト	乳、ゼラチン		ヨーグルト					
13	金	麦ごはん						米 麦	751 34.9	
		牛乳	乳		牛乳					
		つぼん汁	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉 厚揚げ		にんじん	ごぼう だいこん 深ねぎ			里芋
		魚の南蛮漬	小麦、大豆、魚	ほき		ピーマン にんじん	たまねぎ	でん粉 さとう		油
		からしあえ	小麦、大豆			ほうれんそう にんじん	きゅうり	さとう		
16	月	ごはん						米	769 27.8	
		牛乳	乳		牛乳					
		ハヤシライス	小麦、乳、牛肉、大豆、 鶏肉、豚肉、ゼラチン	牛肉	生クリーム	にんじん	たまねぎ しめじ グリーンピース	小麦粉 さとう		マーガリン 油
		アーモンドサラダ	小麦、大豆、ナッツ、 アーモンド			にんじん	キャベツ きゅうり	さとう		アーモンド 油
17	火	黒砂糖パン	小麦、乳、大豆					黒砂糖パン	815 35.2	
		牛乳	乳		牛乳					
		ポークビーンズ	大豆、鶏肉、豚肉、りん ご	豚肉 大豆		にんじん	たまねぎ セロリ グリーンピース	じゃがいも		油
		肉団子のみかんソース	小麦、牛肉、大豆、鶏 肉、豚肉、果物	ミートボール			みかんジュース	さとう でん粉		油
		アスパラのソテー	小麦、大豆			アスパラ	とうもろこし キャベツ			油
18	水	麦ごはん						米 麦	838 31.6	
		牛乳	乳		牛乳					
		筑前煮	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉		にんじん いんげん	れんこん ごぼう たけのこ こんにゃく しいたけ	じゃがいも さとう		油
		スパイシーチキン	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉			にんにく	でん粉		油
		きゅうりとわかめの酢の物	小麦、ごま、大豆		わかめ		きゅうり	さとう		ごま
19	木	麦ごはん						米 麦	796 32.7	
		牛乳	乳		牛乳					
		春雨とうすらの卵のスープ	小麦、卵、大豆、鶏肉、 豚肉	豚肉 うすら卵		にんじん ほうれんそう	しょうが	春雨 じゃがいも		
		平つくね	小麦、大豆、鶏肉、豚肉	平つくね						
		五目きんぴら	小麦、ごま、大豆、豚 肉、魚	豚肉 揚げかまぼこ		にんじん	ごぼう こんにゃく	さとう		ごま 油
23	月	ごはん						米	803 32.2	
		牛乳	乳		牛乳					
		厚揚げのそぼろ煮	小麦、大豆、鶏肉	鶏肉 厚揚げ		にんじん	たまねぎ しょうが グリーンピース	さとう でん粉		油
		鶏肉の香味焼き	小麦、ごま、大豆、鶏肉	鶏肉			しょうが	さとう でん粉		ごま油
		小松菜のソテー	小麦、大豆、豚肉	ベーコン		こまつな	しめじ とうもろこし			油

## 1年間ありがとうございました！

まだ寒さの残る日はあるものの、吹く風に春の到来を感じる季節となりました。この1年で、どの子ども心身ともに大きく成長し、一段とたくましくなった様子がうかがえます。日々の給食や食育を通して、そのサポートができていたらうれしいです。今月は、卒業や進級を控えた皆さんへ、応援やお祝いの気持ちを込めた給食を提供しますので、楽しみにしてください。



## 卒業・進級おめでとう！

