

令和6年度 3月分 予定献立表

3月の目標 「1年間の給食の反省をしよう」

新宮町立新宮東小学校

給食日	曜日	牛乳	献立名	使われている食品と体内での主なはたらき			熱量(kcal)	タンパク質(g)	脂肪(g)
				きいろ	あか	みどり			
				熱や力のもとになる	血や肉、骨になる	からだの調子を整える			
3月	○		【行事食:ひな祭り】 ちらしづし いわしの甘露煮 ほうれん草のごま和え てまりふのすまし汁 ひなまつりゼリー	こめ さとう ひなまつりゼリー	ぎゅうにゅう たまご あぶらあげ	いわし にく どうふ	にんじん かんぴょう ほうれんそう	ごぼう いんげん えのき	しいたけ もやし こまつな
4火	○		【6年生リクエスト献立】 抹茶きな粉揚げパン キャベツとりんごのサラダ クラムチャウダー	パン じゃがいも さとう	さとう こむぎ なまクリーム	あぶら ベーコン どうにゅう	きゅうり あさり ツナ	きゅうり りんご にんじん	りんご キャベツ えだまめ
5水	○		【6年生リクエスト献立】 麦ごはん 牛肉のバーベキューソース炒め じゃがじゃこ ラビオリースープ	こめ じゃがいも ごま	むぎ あぶら さとう	ぎゅうにゅう にく しらすぼし	きなこ みそ あおのり	りんご セロリ レモン	キャベツ りんご にんじん
6木	○		ワンローフパン チョコドーナツ 豆乳クリームシチュー ほうれん草とツナのサラダ	パン じゃがいも マヨネーズ(卵なし)	チョコドーナツ あぶら ツナ	にゅうにゅう とりにく ツナ	いわし とうにゅう ツナ	にんじん ほうれんそう とうもろこし	しめじ えだまめ レモン
7金	○		麦ごはん カツカレー 甘夏サラダ	こめ パンこ さとう	むぎ あぶら じゃがいも オリーブオイル	ぎゅうにゅう ぶたにく どうにゅう	にんじん えだまめ きゅうり	にんじん キャベツ あまなつ	にんじん えだまめ 26.0
10月	○		しそごはん きつねうどん 海藻サラダ でこぽん	こめ さとう ごま	うどんめん あぶら うどん	ぎゅうにゅう あぶらあげ かいそうミックス	にんじん わかめ でこぽん	にんじん キャベツ きゅうり	にんじん 22.7
11火	○		【6年生リクエスト献立】 キャロットパン カップdeヤクルト ポテトのチーズ焼き ミートボールスープ	パン じゃがいも あぶら	カップdeヤクルト おしむぎ バター	にゅうにゅう ベーコン ミートボール	いわし チーズ ツナ	にんじん セロリ	にんじん 32.7
12水	○		【お祝い献立】 赤飯(一食ごま塩) 鶏のから揚げ 小松菜のり酢和え 花ふのすまし汁	こめ こむぎこ はなふ	もちごめ でんぶん さとう	ぎゅうにゅう とりにく うどん	あずき ツナ わかめ	キャベツ ねぎ ゆず	キャベツ ねぎ ゆず
13木	○		【6年生リクエスト献立】 黒糖食パン サーモンフライ お祝いケーキ 豚肉ともやしのピリ辛炒め コーンクリームスープ	パン パンこ じゃがいも	おいわいケーキ こむぎこ なまクリーム	にゅうにゅう さけ ぶたにく	チーズ うどん とうにゅう	サイ にんじん とうもろこし	もやし にんじん 29.7
14金	—							卒業式	
17月	○		麦ごはん さばホイル焼き キャベツとわかめのかぼす和え じゃがいものみそ汁	こめ じゃがいも さとう	むぎ さば あぶらあげ	ぎゅうにゅう わかめ こめみそ	ツナ ツナ むぎみそ	キャベツ たまねぎ えのき	かぼす だいこん ねぎ
18火	○		ワンローフパン ブルーベリー＆マーガリン ハニーマスタードチキン コールスローサラダ ミネストローネ	パン はちみつ マカロニ	ジャム さとう あぶら	にゅうにゅう ベーコン さとう	いわし ベーコン さとう	にんじん とうもろこし えだまめ	にんじん たまねぎ セロリ
19水	○		【食育の日:1年を振り返ろう】 麦ごはん 肉じゃが お米の豆乳プリンタルト 小松菜とハムのごま醤油和え いりこ	こめ じゃがいも ごま	タルト あぶら ハム	ぎゅうにゅう にく ハム	いりこ ぎゅうにく ハム	にんじん こんにゃく こまつな	えだまめ もやし きくらげ

※材料購入等の都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。気になることがありましたら、

学校へお問い合わせください。

※新宮町では、地産地消(住んでいる地域で作られた食材をその地域で消費する(食べる)ということ)に取り組んでいます。

※給食で使用する食材は、なるべく地元でとれたもの(太字)にしています。3月に使用する予定の主な
食材の産地は次の通りです。



種類	主な産地	種類	主な産地	種類	主な産地	種類	主な産地
キャベツ	福岡、熊本、長崎、鹿児島	もやし	福岡	枝豆	北海道	しめじ	福岡
きゅうり	福岡、佐賀、鹿児島	ごぼう	青森、熊本	とうもろこし	タイ他	えのき	福岡
セロリ	福岡、長崎、熊本	じゃがいも	北海道他	ブロッコリー	九州産	りんご	青森
チンゲンサイ	福岡、佐賀	玉葱	北海道他	ほうれん草	福岡、宮崎他	オレンジ	アメリカ
ねぎ	福岡、佐賀	人参	北海道、九州他	たけのこ	福岡、熊本	小松菜、大根	糟屋郡及び古賀市近郊