



令和8年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」



新宮町立新宮北小学校

給食日	曜日	牛乳	献立名	つかうしよくひん (三色えいようべつ)			ねつりょう 熱量 (kcal)	たぱく質 (g)	しぼう 脂肪 (g)
				きいろ	あか	みどり			
				ねつ 熱や力のもとになる	ち 血や肉、骨になる	からだ 体の調子をととのえる			
2月	○	【行事食:ひなまつり(3日)】 ちらしずし さかなのてんぷら こまつなのおひたし すましじる ひしがたさんしょくゼリー	こめ さとう こむぎこ あぶら みずあめ でんぷん とうにゅうクリーム	ぎゅうにゅう とりにく ほき とうふ わかめ かつおぶし	しいたけ にんじん たけのこ こまつな はくさい たまねぎ いちご りんご えのきだけ ねぎ いんげん ごぼう	630	20.7	17.5	
3火	○	【あげパン】 ココアあげパン だいずツナサラダ キャベツとソーセージのスープに	パン ココア さとう あぶら ノンエッグマヨネーズ じゃがいも	ぎゅうにゅう ウインナー とりにく だいず まぐろ	たまねぎ にんじん キャベツ セロリ ブロッコリー とうもろこし	605	22.9	27.0	
4水	○	【食器の並べ方】 むぎごはん しろみさかなのなんばんソースかけ ごまあえ あつあげのみそしる	こめ むぎ でんぷん あぶら さとう ごま じゃがいも	ぎゅうにゅう たい あつあげ わかめ みそ いりこ	こまつな キャベツ きりぼしだいこん ごぼう にんじん たまねぎ	604	20.7	16.3	
5木	○	【ほうれんそう】 こくとうパン さけのハーブやき ほうれんそうサラダ コーンシチュー	こくとうパン オリーブオイル ノンエッグマヨネーズ とうにゅうクリーム じゃがいも こめこホワイトルウ	ぎゅうにゅう とうにゅう いんげんまめ とりにく ハム さけ	ほうれんそう キャベツ にんじん たまねぎ とうもろこし ブロッコリー パセリ	618	32.0	23.4	
6金	○	【ブロッコリー】 むぎごはん ハヤシライス ハムサラダ	こめ むぎ じゃがいも こめこハヤシルウ あぶら オリーブオイル さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく ハム	たまねぎ トマト にんじん マッシュルーム ブロッコリー カリフラワー とうもろこし	604	21.0	17.6	
9月	○	【こんにやく】 むぎごはん にくじゃが キャベツのサラダ みかんクレープ	こめ むぎ さとう じゃがいも あぶら こめこ ノンエッグマヨネーズ みずあめ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく まぐろ だいず とうにゅう	キャベツ カリフラワー にんじん たまねぎ いんげん こんにやく みかん レモン	740	21.7	26.1	
10火	○	【エネルギーになる食べ物を知ろう】 キャロットパン ウインナー ジャーマンポテト ミートボールスープ	キャロットパン あぶら さとう じゃがいも でんぷん	ぎゅうにゅう とりにく ウインナー ぶたにく ベーコン	はくさい たまねぎ にんじん ほうれんそう しょうが とうもろこし パセリ にんにく	618	23.3	30.8	
11水	○	【ごぼう】 むぎごはん ぎんだらみりん ごぼうサラダ ぶたじる	こめ むぎ ごま ノンエッグマヨネーズ さつまいも	ぎゅうにゅう みそ いりこ ぎんだら ハム アンチョビ くきわかめ ぶたにく とうふ	きゅうり たまねぎ はくさい だいこん ごぼう	666	22.9	25.5	
12木	○	【楽しい給食時間 をすごそう】 ワンローフパン ヒレカツ サラダ とんかつソース ミネストローネ	パン あぶら パンこ こむぎこ じゃがいも たかきびパスタ でんぷん	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム だいず とりにく いんげんまめ	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん トマト にんにく レモン りんご プルーン	668	22.7	29.7	
13金	○	【1年をふりかえろう】 むぎごはん ぎゅうどん ツナサラダ こめこぎょうざ ホワイトミニ	こめ むぎ でんぷん さとう ノンエッグマヨネーズ あぶら こめこ みずあめ	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにく チーズ だしふんにゅう まぐろ ヨーグルト かつおぶし	にんじん たまねぎ ねぶかねぎ しょうが キャベツ レモン にはら しいたけ	687	27.7	26.4	
16月	○	【卒業お祝い献立】 チキンライス てりやきチキン コーンスープ ブロッコリー おいおいケーキ(とうにゅういちご)	こめ むぎ みずあめ でんぷん オリーブオイル こめこ さとう だいずバター	ぎゅうにゅう とりにく だいず とうにゅう	ブロッコリー たまねぎ にんじん とうもろこし いちご パセリ	706	26.9	23.5	
18水	○	【カレー】 むぎごはん カレー ハニーサラダ ふくじんづけ	こめ むぎ あぶら じゃがいも オリーブオイル こめこカレールウ さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうにゅう まぐろ	たまねぎ にんじん なす だいこん れんこん しょうが にんにく トマト りんご レモン キャベツ きゅうり とうもろこし しそ うめ	665	22.8	21.3	

* 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。お問い合わせがありましたら、学校へご連絡ください。
 ※新宮町では、地産地消に取り組んでいます。給食で使用する食材は、なるべく県産品(太字)の使用に努めています。

種類	主な産地
きゅうり	福岡 佐賀 熊本
キャベツ	福岡 熊本 長崎
白菜	福岡 熊本 長崎
小松菜	福岡
根深ねぎ	大分 長崎

種類	主な産地
ねぎ	福岡 佐賀
じゃがいも・玉ねぎ	北海道
人参	長崎 鹿児島
しめじ えのき	福岡

種類	主な産地
さつまいも	宮崎 鹿児島 熊本
大根	福岡 熊本 長崎
セロリ	福岡 長崎
米 麦	福岡

【お願い】
給食エプロンや帽子を持ち帰った際には、次の児童が気持ちよく使えるように、ゴムやボタンの確認や補修についてご協力をお願いいたします。

