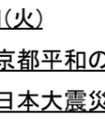
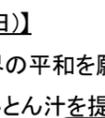


# 学校給食予定献立表

令和7年度(令和8年)3月

日	曜	牛乳	献立名	主な材料とその働き			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	献立メモ	
				おもに体をつくるもとになる	おもに体の調子を整える	おもにエネルギーのもとになる				
2	月	○	ご飯 麻婆豆腐 春雨の中華サラダ 清見オレンジ★	ぎゅうにゅう,ぶたにく,だいず みそ,とうふ	しょうが,にんにく,ながねぎ たけのこ,ほししいたけ きくらげ,にんじん チンゲンサイ,きよみオレンジ	こめ,あぶら,さとう,でんぷん はるさめ,ごまあぶら	747	31.2	※3月は小学6年生と中学3年生の卒業を祝い「思い出給食」を実施します。リクエストの多かった料理(太字)は表の下のランキングを参考にしてください。 3日(火)【桃の節句】 女の子の健やかな成長を願う節句です。菱餅やちらし寿司、はまぐりのすまし汁でお祝いをします。給食ではちらし寿司と、紅白はんぺん入りすまし汁を提供します。  11 和食文化を伝えよう  10日(火) 【東京都平和の日(10日)】 【東日本大震災が起きた日(11日)】 世界の平和を願い、すいとん汁を提供します。  7 災害に備えよう 13日(金)【卒業祝い】 卒業生の健康を願って赤飯を提供します。赤飯の赤い色には、邪気を追い払う力があるとされています。 18日(水)【食育の日(19日)】 大阪府の料理を二品紹介します。 きつねうどん: 昆布やかつおで取った薄い色の優しいだしが特徴です。甘辛く煮たきつね(油揚げ)が入っています。揚げたご焼き風: 大阪府のソウルフードを給食風にアレンジしました。ソースと添付のおかかが味のポイントです。 3月の地場野菜の日は13日(金)の予定です。	
3	火	○	ちらし寿司 ほうれん草とえのきのすまし汁 鱈のさざれ焼き 肉じゃが	あぶらあげ,ぎゅうにゅう とうふ,こんにやく,かんてん あらははんぺん(やまいも) さわら,ぶたにく	にんじん,ほししいたけ たけのこ,かんぴょう えだまめ,えのきたけ ほうれんそう,パセリ,しょうが たまねぎ,しらたき さやいんげん	こめ,あぶら,さとう ノンエッグマヨネーズ,パンこ じゃがいも	748	34.3		
4	水	○	きなこ揚げパン ABC野菜スープ にんじんサラダ	きなこ,ぎゅうにゅう,ぶたにく レンズまめ,まぐろフレーク	たまねぎ,にんじん えのきたけ,トマト,かぶ キャベツ,きゅうり	ミルクパン,あぶら,さとう じゃがいも,マカロニ オリーブあぶら	775	26.8		
5	木	○	ご飯 のらぼう菜の味噌汁 コロコロホキの揚げがらめ うどとれんこんのきんぴら	ぎゅうにゅう,とうふ,みそ わかめ,あぶらあげ,ホキ さつまあげ	キャベツ,のらぼう菜 ほうれんそう,しょうが ごぼう,れんこん,うど,にんじん こんにやく	こめ,あぶら,でんぷん,さとう じゃがいも	750	29.8		
6	金	ヨ	ご飯 コーンポタージュ 豆腐ハンバーグ テミグラスソース ポテトサラダ	のむヨーグルト(プレーン) ぎゅうにゅう しろいんげんまめ スキムミルク,ぶたにく,とうふ たまご	たまねぎ,コーン,パセリ ぶなしめじ,にんじん,きゅうり	こめ,あぶら,こめこ,パンこ さとう,でんぷん,じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	797	28.7		
9	月	○	ご飯 ワンタンスープ 豚キムチ炒め フルーツ白玉	ぎゅうにゅう,ぶたにく,みそ	しょうが,にんじん,ほくさい もやし,ながねぎ,にんにく たまねぎ,きりぼしだいこん はくさいキムチ,にら パインアップル,もも	こめ,あぶら,ワンタンのかわ しらたまもち,さとう	797	31.0		
10	火	○	わかめご飯 すいとん汁 めばるの甘辛あんかけ 小松菜とえのきののり和え (刻みのり)	わかめ,ぎゅうにゅう,ぶたにく あぶらあげ,めばる,のり	にんじん,だいこん,ごぼう ぶなしめじ,しょうが えのきたけ,キャベツ こまつな	こめ,あぶら,すいとん でんぷん,さとう	763	30.4		
11	水	○	ジャージャー麺 ベーコンチーズポテト 清見オレンジ★	ぶたにく,レンズまめ,だいず みそ,ぎゅうにゅう,ベーコン チーズ	にんにく,しょうが,ながねぎ たけのこ,にんじん,たまねぎ ほししいたけ,パセリ きよみオレンジ	むしちゅうかめん,あぶら さとう,でんぷん,ごまあぶら とうにゅうクリームゆ じゃがいも	747	30.3		
12	木	○	ビビンバ 中華コーンスープ アイスクリーム★	ぶたにく,だいず,みそ ぎゅうにゅう,ベーコン たまご	にんにく,しょうが,もやし こまつな,にんじん,たまねぎ コーン,チンゲンサイ ながねぎ	こめ,あぶら,さとう,でんぷん アイスクリーム	776	27.6		
13	金	○	赤飯 沢煮椀 ふく☆うまからあげ のらぼう菜のごま和え	あずき,ぎゅうにゅう,ぶたにく とり	きりぼしだいこん,にんじん えのきたけ,こまつな,しょうが にんにく,もやし,のらぼう菜	こめ,もちごめ,あぶら さけかす ノンエッグマヨネーズ でんぷん,ごま,さとう	750	32.9		
16	月	コ	ご飯 大根と油揚げの味噌汁 鱈フライ 厚揚げのそぼろ煮	コーヒーミルク,あぶらあげ みそ,あじ,ぶたにく,だいず なまあげ	だいこん,こまつな,ながねぎ しょうが,たまねぎ,にんじん えだまめ	こめ,あぶら,じゃがいも こむぎこ,パンこ,さとう でんぷん	833	37.3		
17	火	○	ツナピラフ ミネストローネ カツチーズオムレツ★ サイダーゼリーポンチ	まぐろフレーク,ぎゅうにゅう ベーコン,レンズまめ,たまご チーズ,かんてん	にんじん,たまねぎ,えだまめ にんにく,セロリー,トマト パセリ,パインアップル,もも レモン	こめ,とうにゅうクリームゆ さとう,じゃがいも,サイダー	763	29.8		
18	水	○	きつねうどん(大阪府の料理) 揚げたご焼き風(大阪府の料理) (糸削り節) じゃが芋のうま煮 ヨーグルト★	あぶらあげ,ぎゅうにゅう,たこ ちくわ,あおのり,かつおぶし ぶたにく,さつまあげ ヨーグルト	ながねぎ,しょうが,にんじん たまねぎ,さやいんげん	うどん,こむぎこ,じゃがいも あぶら,さとう	766	38.8		
19	木	○	親子丼 じゃこサラダ 清見オレンジ★	とりにく,たまご,ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ,わかめ あぶらあげ	たまねぎ,にんじん,キャベツ ほうれんそう,きよみオレンジ	こめ,あぶら,さとう	758	37.9		
23	月	○	ごぼう入りドライカレー 糸寒天のサラダ 手作りソイドーナツ	ぶたにく,だいず,ぎゅうにゅう こんにやく,かんてん しろいんげんまめ,とうにゅう	にんにく,しょうが,セロリー ごぼう,たまねぎ,にんじん キャベツ,コーン,こまつな	こめ,あぶら,さとう,こめこ オリーブあぶら	893	28.4		
給食回数 15 回										
※ 材料の都合により献立を変更することがあります。							基準栄養量	830	34.2	

◎給食の実施日は学校によって異なります。 ★:片付けの時にビニール袋を使う料理です。 《問い合わせ先》 福生市学校給食センター (電話) 042-551-8351

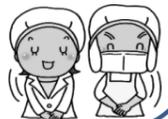
◎給食内容や食物アレルギー等について不明な点がございましたら、学校給食センターまでお問い合わせください。

◎牛乳欄の「ヨ」は飲むヨーグルト(プレーン)、「コ」はコーヒーミルクです。 ◆:放送原稿「いただきます」の発行日です。



## 【一年間、ありがとうございました】

来年度も安全・安心な給食を提供できるよう、給食センター職員一丸となって努めてまいります。どうぞよろしくお願ひ致します。新年度の給食は4月8日(水)からスタートします。(小学1年生は15日(水)です)



卒業をする小学6年生、中学3年生に、思い出給食のアンケートをとりました。(太字で表記) 上位のメニューを3月の給食に取り入れます。(惜しくもランクインしなかった料理も一部取り入れています)

- |     |             |             |                     |
|-----|-------------|-------------|---------------------|
| 主食  | 1 揚げパン(きな粉) | 2 ジャージャー麺   | 3 ビビンバ              |
| 主菜  | 1 豚キムチ炒め    | 2 ふく☆うまから揚げ | 3 チーズオムレツ           |
| 副菜  | 1 チーズポテト    | 2 肉じゃが      | 3 春雨サラダ・のり和え・ポテトサラダ |
| 汁物  | 1 ワンタンスープ   | 2 ABCスープ    | 3 コーンポタージュ          |
| その他 | 1 コーヒーミルク   | 2 フルーツ白玉    | 3 サイダーゼリーポンチ        |

のらぼう菜→西多摩原産の野菜です。  
シャキシャキした食感が特徴です。



デザートは、「その他」のアイスが上位にランクインしました。皆さんの希望を反映させ、12日にパナソニック味のアイスを提供します。

