令和8年3月　　給食予定献立表　　野洲市学校給食センター

日	曜日	献立名	体内での働き 黄 おもにエネルギーのもとになる食品	赤 おもに体をつくるもとになる食品	緑 おもに体の調子を整えるもとになる食品	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 小学校	中学校
2	月	麦ごはん 牛乳　ココア牛乳の素 かつおのケチャップがらめ キャベツソテー オニオンスープ	米 麦 ココア牛乳のもと でんぷん あぶら さとう じゃがいも	牛乳 かつお ベーコン	キャベツ ほうれんそう たまねぎ にんじん	581 26.2 15.3	718 32.7 17.9
3	火	**行事食～桃の節句～** わかめごはん 牛乳 とり肉の照り焼き はくさいのサラダ お花かまぼこと菜の花のすまし汁	米 麦 さとう ドレッシング	わかめごはんのもと 牛乳 とり肉 かまぼこ	しょうが はくさい にんじん さやいんげん 菜の花 みつば たまねぎ しめじ	547 23.8 17.6	671 28.2 19.9
4	水	麦ごはん 牛乳 豚キムチ 大学いも わかめスープ	米 麦 あぶら さとう さつまいも 水あめ	牛乳 ぶた肉 とり肉 わかめ	はくさいキムチ もやし にら にんじん にんにく キャベツ たまねぎ たけのこ ほししいたけ	559 17.9 15.2	701 21.9 17.6
5	木	ごはん 飲むヨーグルト ブリカツ 切干し大根のごまマヨサラダ 豚汁 **お祝いクレープ（中）**	米　**クレープ（中）** 小麦粉 パン粉 あぶら　ごま ノンエッグマヨネーズ	飲むヨーグルト ぶり　みそ まぐろあぶらづけ ぶた肉 あぶらあげ	きりぼしだいこん にんじん　きゅうり だいこん ごぼう あかこんにゃく ねぎ	670 27.1 22.9	968 36.0 35.6
6	金	麦ごはん 牛乳 焼き厚揚げの肉みそがけ もやしのおかか炒め じゃがいもの煮物	米 麦 さとう でんぷん あぶら じゃがいも	牛乳 あつあげ ぶた肉 みそ かつおぶし とり肉 ちくわ	しょうが もやし こまつな にんじん たまねぎ さやいんげん	579 25.9 16.2	726 32.2 19.1
9	月	麦ごはん 牛乳 やきとり丼の具 きゅうりともやしのさっぱりサラダ みそにゅうめん	米 麦 さとう ドレッシング ごまあぶら そうめん	牛乳 とり肉 かまぼこ みそ	ねぎ もやし きゅうり にんじん　レモン だいこん ほうれんそう	567 23.6 17.8	707 29.1 21.4
10	火	麦ごはん 牛乳 さばの塩焼き キャベツのしそひじきあえ ぶた肉と根菜の煮物	米 麦 さといも さとう	牛乳 さば しそひじき ぶた肉	キャベツ にんじん だいこん ごぼう こんにゃく さやいんげん しょうが	540 29.9 12.5	665 36.2 13.7
11	水	コッペパン 牛乳 とり肉のバーベキューソース（焼き） ブロッコリーのガーリック炒め コーンスープ	コッペパン さとう ごまあぶら あぶら シチュールウ	牛乳 とり肉 豆乳	たまねぎ にんにく しょうが ブロッコリー にんじん とうもろこし	595 26.5 21.2	741 32.3 24.9
12	木	ごはん 牛乳 ぶたのしょうが焼き ほうれん草のツナあえ 大根のみそ汁	米 さとう あぶら ドレッシング さといも	牛乳 ぶた肉　とうふ みそ まぐろあぶらづけ	たまねぎ しょうが ほうれんそう キャベツ にんじん だいこん ねぎ	543 26.8 16.5	678 33.3 19.6
13	金	麦ごはん 牛乳 揚げぎょうざ ニラ玉もやし 八宝菜	米 麦 あぶら　ごまあぶら さとう　でんぷん	牛乳 ぎょうざ いりたまご ぶた肉	もやし にら しょうが はくさい たまねぎ にんじん たけのこ チンゲンサイ ほししいたけ	569 20.3 18.8	726 25.4 23.2
16	月	**小学6年生リクエスト献立** 麦ごはん 牛乳 ハンバーグ きゅうりともやしのポン酢あえ ポークカレー　**お祝いクレープ(園・小)**	米 麦 **クレープ（園・小）** さとう　じゃがいも 白いんげん豆 カレールウ	牛乳 ハンバーグ ぶた肉	きゅうり もやし にんじん レモン にんにく たまねぎ りんご	724 23.8 25.3	783 28.6 24.2
17	火	**行事食～滋賀県の郷土料理を知ろう～** 麦ごはん はっ酵乳 ししゃもの甘辛揚げ 赤こんにゃく煮 かしわのじゅんじゅん	米 麦 でんぷん あぶら さとう 焼きふ	はっ酵乳 ししゃも かつおぶし とり肉 とうふ	あかこんにゃく さやいんげん ねぎ たまねぎ にんじん はくさい しめじ ほししいたけ	565 24.6 14.3	706 29.0 17.5
18	水	中華めん 牛乳 とりのから揚げ 大根サラダ しょうゆラーメンスープ	ちゅうかめん でんぷん あぶら ごまあぶら ごま	牛乳 とり肉 まぐろあぶらづけ 焼きぶた なると	しょうが にんにく だいこん みずな たまねぎ にんじん もやし とうもろこし ほうれんそう たけのこ	636 30.1 23.5	756 36.4 28.5
19	木	ごはん 牛乳 鮭のチーズ焼き ベーコンポテト ミネストローネ	米 じゃがいも さとう	牛乳 さけ チーズ ベーコン 大豆	しょうが にんにく たまねぎ　キャベツ にんじん トマト	571 28.8 15.3	716 35.8 17.9
23	月	麦ごはん 牛乳 ぶた肉のりんごソース（焼き） キャベツのソテー 豆腐のみそ汁	米 麦 さとう あぶら さつまいも	牛乳 ぶた肉 あぶらあげ とうふ みそ	しょうが にんにく たまねぎ りんご レモン キャベツ ほうれんそう とうもろこし にんじん ねぎ	550 28.4 15.2	686 35.4 17.7
24	火	ごはん 牛乳 ほうれん草のミルクキッシュ いんげんソテー せんぎり野菜のスープ	米 あぶら じゃがいも	牛乳 とり肉 たまご チーズ ポークウインナー	たまねぎ ほうれんそう さやいんげん もやし にんじん		
25	水	ごはん 牛乳 おさかなナゲット えだまめとコーンのサラダ ハヤシ	米 あぶら ごまドレッシング じゃがいも ハヤシルウ	牛乳 おさかなナゲット ぶた肉	えだまめ とうもろこし キャベツ にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム トマト		
26	木	ごはん 牛乳 さわらのねぎみそマヨネーズ焼き キャロットソテー 具だくさん野菜スープ	米 ノンエッグマヨネーズ あぶら マカロニ	牛乳 さわら みそ まぐろあぶらづけ とり肉	ねぎ にんじん ブロッコリー かぼちゃ たまねぎ キャベツ		
27	金	五目ごはん 牛乳 ささみの磯辺揚げ ほうれん草とコーンの炒めもの 白菜とベーコンのみそ汁	米 小麦粉 あぶら	牛乳 とり肉 あおさ ベーコン みそ	五目かまめしのもと ほうれんそう もやし とうもろこし はくさい にんじん たまねぎ		
30	月	ごはん 牛乳 レバー入りメンチカツ 三色丼の具 高野豆腐と茎わかめのみそ汁	米 あぶら さとう	牛乳 ﾚﾊﾞｰ入りｶﾚｰﾒﾝﾁｶﾂ とり肉　こうやどうふ いりたまご　あぶらあげ くきわかめ みそ	しょうが ごぼう さやいんげん たまねぎ にんじん		

※小学校のエネルギー、たんぱく質、脂質の値は、４年生の一食あたりの栄養価です。
※食材料の都合により、献立を変更することがありますのでご了承ください。
☆毎月”０”のつく日（10日、20日、30日）は「残食ゼロの日」です。
☆毎月25日は人権の日「ありがとう　ちきゅうにいっぱい　ふやそう」
☆野洲市の学校給食では、下記の食材はアレルギーが重篤になる可能性または新規発症の可能性があるため原材料としては使用しません。
「そば、落花生（ピーナッツ）、くるみ、かに、キウイフルーツ、バナナ、カシューナッツ、アーモンド、あわび、いくら、まつたけ」

給食最終日
◎中学校３年生　3/ 5(木)
◎幼稚園部　3/16(月)
◎小学校６年生　3/18(水)
◎小学校･中学校　3/23(月)