

令和7年3月分学校給食献立予定表(前半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g	
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちようしきをとのえるもの	調味料ほか			
3	月	◎コッペパン		パン			503	21.5	
		牛乳	牛乳						
		◎クラムチャウダー	牛乳 あさり ベーコン 粉チーズ	じゃがいも	たまねぎ にんじん コーン しめじ パセリ	ホワイトルウ 食塩 白こしょう			
		◎ほうれんそうのソテー	ウインナー	サラダ油	ほうれんそう にんじん	食塩 白こしょう			
		ひなあられ	昆布 あおのり	うるち米 砂糖 でん粉	トマトパウダー ほうれんそうパウダー パプリカパウダー	発酵調味料 食塩			
★ はし	4	火	さつますもじ(すしめし)	鶏肉 さつま揚げ しらす干し 油揚げ 鶏卵	砂糖 サラダ油 米	にんじん たけのこ ごぼう きぬさや 切干大根 しいたけ	こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ みりん 酒 すし酢	534	23.2
			牛乳	牛乳					
			すまし汁	つみれ(太刀魚・豆腐) 豆腐 昆布	つみれ(でん粉・砂糖・小麦粉)	にんじん 菜の花 しめじ	つみれ(食塩) うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)		
			◎ももゼリー		砂糖 果糖	もも(果汁・ピューレ)	増粘多糖類 香料		
★ はし (6年生)	5	水	(1年生～5年生)					538	23.4
			◎クロワッサン		パン				
			牛乳	牛乳					
			◎文字マカロニスープ	ベーコン	文字マカロニ	キャベツ たまねぎ にんじん チンゲンサイ	うすくちしょうゆ コンソメ 白ワイン 食塩 白こしょう		
			照焼チキン	鶏肉 大豆たん白粉	砂糖 でん粉		こいくちしょうゆ 酵母エキス 発酵調味料 食塩		
			ポイルブロッコリー			ブロッコリー			
		(6年生)	 6年間の給食を振り返りながら、楽しく会食しましょう (6年生は、「はし」を持てきましょう)				958	42.0	
★ はし	6	木	◎ごはん		米			562	22.1
			牛乳	牛乳					
			肉じゃが	牛肉 厚揚げ うずら卵 さつま揚げ	じゃがいも 砂糖 サラダ油	たまねぎ にんじん 糸こんにやく いんげん しいたけ しょうが にんにく	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん		
		◎なつみかんサラダ			キャベツ きゅうり なつみかん	クリーミーフレンチドレッシング			
★ はし	7	金	◎ごはん		米			559	22.2
			牛乳	牛乳					
			けんちん汁	豆腐 もずく 合わせみそ	じゃがいも	にんじん こまつな	かつお節(だし)		
			◎さばの煮物	さば みそ	砂糖 水あめ でん粉	しょうが	みりん しょうゆ		
			◎浅漬け			キャベツ にんじん	青じそドレッシング		
10	月	◎テーブルロールパン		パン			512	23.8	
		牛乳	牛乳						
		◎フジリのミートソース	牛肉 豚肉 大豆	フジリ オリーブ油	たまねぎ にんじん エリンギ スズキーニ ピーマン にんにく	ケチャップ トマトピューレー デミグラスソース 赤ワイン ウスターソース こいくちしょうゆ 食塩 白こしょう			
		小松菜とかまぼこのソテー	かまぼこ	サラダ油	こまつな もやし にんじん しょうが	オイスターソース 食塩			
11	火	(防災給食)					348	4.0	
		救給カレー		じゃがいも うるち米 植物油 粉あめ	コーン にんじん たまねぎ ぶなしめじ	トマトピューレー カレーパウダー 食塩 香辛料			
		クラッカー		小麦粉 植物油 ショートニング 砂糖 モルトエキス		食塩 膨張剤			
		備蓄水				水			
★ はし	12	水	◎キムタクごはん	豚肉	いりごま(白) ごま油 米	たくあん はくさいキムチ にんじん えだまめ	うすくちしょうゆ 酒 白こしょう	603	25.3
			牛乳	牛乳					
			◎ホワイホワタン	鶏卵 豆腐 ロースハム	でん粉 ごま油	たまねぎ クリームコーン にんじん コーン チンゲンサイ えのきたけ	うすくちしょうゆ 中華だし 食塩 白こしょう		
			1食ヨーグルトレーズン	全粒粉 発酵粉乳 乳糖	砂糖 植物油脂 ココアバター フラクトオリゴ糖 水あめ	レーズン	香料		

※ 必ず、親子で食材について確認しましょう。特に、食物アレルギーのあるお子さんについては、毎日確認してください。

令和7年3月分学校給食献立予定表(後半)

鹿児島大学教育学部附属小学校

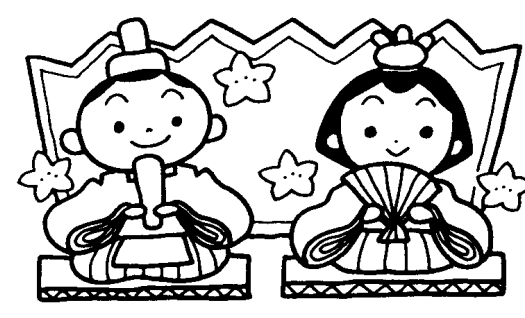
日	曜	献立名	材料とその働き				エネルギー kcal	たんぱく質 g
			たんぱく質・無機質 からだをつくるもの	炭水化物・脂質 ねつやちからになるもの	ビタミン からだのちょうしをととのえるもの	調味料ほか		
13	木	フィッシュバーガー (バーガーパン・魚フライ ・ポイルキャベツ・1食タルタルソース)	魚フライ(ホキ)	魚フライ(パン粉・小麦粉・でん粉) なたね油 パン	キャベツ	魚フライ(食塩) タルタルソース	622	28.6
		牛乳	牛乳					
		ポークビーンズ	豚肉 大豆 白花豆 いんげん豆 えんどう豆 ひよこ豆	じゃがいも サラダ油	たまねぎ にんじん えだまめ にんにく	ケチャップ デミグラスソース ビーフルウ 赤ワイン 食塩 白こしょう		
★ はし	14	◎ごはん		米			592	26.3
		牛乳	牛乳					
		◎わかめスープ	豆腐 うずら卵 わかめ	ごま でん粉	たまねぎ にんじん えのきたけ コーン	うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)		
		◎サイコロステーキ	牛肉	砂糖 サラダ油	マーマレード りんご しょうが にんにく	赤ワイン ウスターソース こいくちしょうゆ ケチャップ 食塩 白こしょう		
		ポイルキャベツ			キャベツ			
		◎すだちゼリー		水あめ ぶどう糖 異性化液糖 砂糖 粉末水あめ	すだち果汁	トレハロース ゲル化剤 香料		
17	月	◎レーズンパン		パン			594	21.9
		牛乳	牛乳					
		鶏肉のトマトソース煮	鶏肉	じゃがいも コーンスターチ 砂糖 サラダ油	キャベツ たまねぎ にんじん しめじ トマト えだまめ にんにく	ケチャップ トマトピューレー ウスターソース うすくちしょうゆ 赤ワイン コンソメ 食塩 白こしょう		
		◎彼岸団子		白玉団子 水あめ 砂糖 でん粉		こいくちしょうゆ みりん		
		◎みかんジュース			みかん果汁			
★ はし	19	ごはん		米			557	24.8
		牛乳	牛乳					
		豆腐とわかめのみそ汁	豆腐 合わせみそ わかめ	じゃがいも	たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ	かつお節(だし)		
		豚肉のしょうが焼き 添え野菜	豚肉	サラダ油	しょうが キャベツ にんじん	しょうゆ みりん 食塩 白こしょう		
★ はし	21	手作りオレンジケーキ	鶏卵	小麦粉 砂糖 無塩バター サラダ油	なつみかん みかん果汁	ベーキングパウダー	639	26.6
		牛乳	牛乳					
		和風ヌードル	鶏肉 いか えび あさり	中華めん	キャベツ たまねぎ もやし にんじん わらび えのきたけ たけのこ 葉ねぎ	うすくちしょうゆ 酒 食塩 かつお節(だし)		
		飲むヨーグルト	ヨーグルト					
24	月	コッペパン		パン			577	26.8
		いちごジャム			いちごジャム			
		牛乳	牛乳					
		肉みそビーフン	豚肉 大豆 赤みそ	平ビーフン 砂糖 サラダ油	たまねぎ もやし 深ねぎ にんじん たけのこ チンゲンサイ きくらげ しょうが	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 中華だし 酒 とうばんじゃん 食塩 白こしょう		
		ミックスいりこ	いわし 大豆	アーモンド カシューナッツ				
★ はし	25	菜の花ごはん	鶏肉 だいず	砂糖 サラダ油 米	コーン 菜の花 しょうが	うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 酒	574	22.7
		牛乳	牛乳					
		あおさ入りみそ汁	豆腐 合わせみそ あおさのり		えのきたけ にんじん 葉ねぎ	かつお節(だし)		
		りんごタルト	豆乳 大豆粉	米粉 砂糖 ショートニング 砂糖・ぶどう糖化糖液糖 植物油 コーンフラワー 水あめ 加工でん粉	こんにゃく加工品	ゲル化剤 香料		

令和7年3月分平均栄養量	
エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)
554	22.9

お知らせ

＜今月の行事＞
 3日(月)
 5日(水)
 11日(火)
 18日(火)
 20日(木)
 25日(火)

ひなまつり・耳の日
 6年生会食
 防災について考える日(防災給食)
 卒業式(給食なし)
 春分の日
 修了式・辞任式(給食あり)



＜はしをもってくる日＞
 ★の日は「はし」をもってくる日です。きれいにあらって、わすれないようにもってきてましょう。

4日 5日(6年生のみ) 6日 7日 12日 14日 19日 21日 25日

◎印の献立は、6年生からのリクエスト献立です。