

3月 予定献立表

野村小学校

日	曜日	行事	主食	献立名	牛乳	使用している食品			エネルギー	たんぱく質	
						赤 体をつくるもの	黄 熱や力になるもの	緑 体の調子を整えるもの	kcal	g	
1	金	ひなまつり献立	はるいろちらしずし	えびフライ こまつなとしめじのひたし むらくもじる ひなゼリー	○	牛乳 えび たまご	とうふ あぶらあげ	すしめし さとう パンこ かたくりこ あぶら ひなゼリー	ほししいたけ こまつな きやべつ にんじん たけのこ しめじ えだまめ たまねぎ	656	25.3
4	月		むぎごはん	たまごのベーコンまき カミカミナムル ビーフカレー こめこのももタルト	○	牛乳 たまご ベーコン	ぎゅうにく さとう あぶら	むぎごはん ごま ごまあぶら じゃがいも ももタルト	きりほしだいこん しょうが にんじん こまつな たまねぎ きやべつ にんにく	768	24.1
5	火		ことうパン	パンネのミートソース フライドポテト キャベツのスープ ほしブルー	○	牛乳 ぶたにく ベーコン	ことうパン あぶら さとう じゃがいも	しょうが きやべつ にんにく にんじん トマト たまねぎ しめじ ブルー	664	21.7	
6	水		ごはん	がんものふくめに かぶのこんぶづけ さつまじる あおりんごゼリー	○	牛乳 がんとどき みそ	こんぶ さとう さつまいも	ごはん あおりんごゼリー さとう きゅうり ねぎ	にんじん だいこん かぶ かぶのは はくさい きゅうり ねぎ	650	21.0
7	木		2/3コッペパン	ししゃものフライ ブロッコリーサラダ ごもくラーメン ミルメーク	○	牛乳 ぶたにく ししゃも	2/3コッペパン ちゅうかめん パンこ ミルメーク さとう あぶら	きゅうり メンマ ねぎ ブロッコリー にんじん とうもろこし きやべつ たまねぎ	571	22.6	
8	金	郷土食献立	ごはん	さけのしおやき そくせきづけ にしめ ヨーグルト	○	牛乳 さけ あつあげ	こんぶ ヨーグルト こんにやく	ごはん さとう さとも こんにやく	はくさい だいこん きゅうり たけのこ にんじん さやいんげん	602	29.9
11	月	卒業お祝い献立	くりむしせきはん	とりにくのかおりあげ こまつなのひたし てまりふのすまじる おいおいデザート	○	牛乳 とりにく とうふ	くりむしせきはん じょうしんこ かたくりこ ふ あぶら おいおいデザート	こまつな しょうが きやべつ なめこ ねぎ とうもろこし たまねぎ	721	31.8	
12	火		あげパン	あらびきウインナー かいそうサラダ ワンタンスープ きよみみかん	○	牛乳 きなこ だつしふんにゆう	あらびきウインナー ぶたにく わかめ	あげパン ワンタンのかわ あぶら ごま さとう	きやべつ ほししいたけ きゅうり ねぎ にんじん はくさい きよみみかん	634	25.0
13	水	地場産品献立	わかめごはん	ひよこまめのあげがらめ ほうれんそうとなまいたけのごまみそ だんごじる いちご	○	牛乳 ひよこまめ こうやどうふ	みそ あぶらあげ わかめ	わかめごはん しらたまだんご かたくりこ ごま あぶら さとう こんにやく	ほうれんそう だいこん きやべつ にんじん なましいたけ ねぎ いちご	708	22.7
14	木		ごはん	さばのホイルつつみやき ひじきのいために にくじゃが	○	牛乳 さば みそ	ひじき だいず あぶらあげ ぎゅうにく	ごはん じゃがいも さとう こんにやく あぶら	にんじん さやいんげん たまねぎ	682	26.9
15	金	高岡食育井	ごはん	はるまちきつねどん ショーロンポウ じゃがいもとわかめのみそじる いちご	○	牛乳 あぶらあげ わかめ	みそ ぶたにく かたくりこ	ごはん じゃがいも さとう ふ こむぎこ かたくりこ	たまねぎ いちご にんじん ねぎ きやべつ なましいたけ たけのこ	659	23.3
19	火		しょくパン	ブロッコリーとベーコンのキッシュ ごまごまサラダ はるさめスープ ブルーベリー&マーガリン	○	牛乳 ベーコン チーズ	ぶたにく たまご さとう	しょくパン マーガリン あぶら はるさめ さとう ごま ブルーベリージャム	ほししいたけ きやべつ きゅうり たまねぎ はくさい ブロッコリー にんじん しょうが たけのこ	586	23.0
21	木		しょくパン	だいずいりミートローフ フルーツあえ ポテトスープ いちごジャム	○	牛乳 たまご ぶたにく	ベーコン だいず	しょくパン さとう じゃがいも いちごジャム パンこ	りんご みかん たまねぎ にんじん パインアップル ほしぶどう もも バナナ しめじ パセリ	686	25.5

※都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。

※給食のごはんは、高岡産の富富富を使用しています。