



# 令和7年度 3月分 学校給食献立表

大口町立学校給食センター

日曜	献立名	おもにお体をつくるものとなる(赤)		おもに体の調子を整えるものとなる(緑)		おもにエネルギーのもととなる(黄)		エネルギー kcal 上段: 小 下段: 中	食塩相当量 g 上段: 小 下段: 中
		1群(たんぱく質) 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	2群(無機質) 牛乳・乳製品・ 小魚・海藻	3群(ビタミン) 緑黄色野菜	4群(ビタミン) その他の野菜・果物	5群(炭水化物) 穀類・いも類 その他の豆類・砂糖	6群(脂質) 油脂・種実		
2月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		763 918	2.8 3.2
	マーボー豆腐	ぶた肉 とうふ みそ		にんじん	たまねぎ ねぎ しょうが にんにく	さとう でんぶん	ごま油		
	愛知県産野菜入り春巻き	とり肉		にんじん	キャベツ れんこん	さとう でんぶん 小麦粉 水あめ	油 ごま油		
	中華サラダ	ツナ	わかめ	チンゲンサイ	きゅうり もやし	さとう	ごま油		
	フルーツ杏仁ゼリー	豆乳			もも あんず	さとう でんぶん			
3月	わかめごはん 牛乳		牛乳 わかめ			ごはん		586 725	2.6 3.5
	ぶりの照り焼き 桃の節句給食	ぶり				さとう でんぶん			
	キャベツのごまあえ			にんじん	キャベツ もやし	さとう	ごま		
	すまし汁	ぶた肉 かまぼこ かつおぶし			はくさい えのきたけ ねぎ				
	ひなあられ					もち米 さとう でんぶん			
4月	ソフトめん 牛乳		牛乳			ソフトめん		690 829	3.3 3.9
	ミートソース	ぶた肉		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム	さとう	ブラウンルウ		
	オムレツ	たまご				でんぶん さとう	油		
	ツナサラダ	ツナ		にんじん	キャベツ きゅうり	さとう			
	ココア牛乳のもと					ココア牛乳のもと			
5月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		688 939	2.7 3.2
	とり肉の揚げ照り(2c) 中学校	とり肉				でんぶん さとう	油		
	ほうれん草ともやしのあえ物			ほうれんそう にんじん	もやし	さとう			
	豚汁 卒業お祝い	ぶた肉 とうふ みそ かつおぶし			だいこん ごぼう ねぎ	さといも			
	ふりかけ 献立	かつおぶし		青菜 トマト かぼちゃ 抹茶	とうもろこし	米 さとう でんぶん ジャガイモ			
6月	お祝いデザート(中学校)	豆乳 大豆粉				さとう 米粉 でんぶん	油	590	2.3
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			
	めばるの甘酢あんかけ	めばる				さとう でんぶん			
	ひじきの炒め煮	油揚げ	ひじき	にんじん	だけのこ えだまめ	さとう	油		
	かき玉汁	とり肉 たまご とうふ かまぼこ かつおぶし		にんじん	たまねぎ えのきたけ ねぎ	でんぶん			
9月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		731 874	2.6 2.8
	チキンみそカツ	とり肉 みそ				パン粉 小麦粉 さとう でんぶん	油		
	五目きんぴら	ぶた肉		にんじん ピーマン	ごぼう れんこん	さとう	油		
	みぞれ汁	とうふ かまぼこ 油揚げ かつおぶし			だいこん はくさい ねぎ				
	ヨーグルト		ヨーグルト						
10月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		629 783	2.2 2.8
	いわしの梅煮 授業×給食の時間	いわし		赤しそ	梅肉	さとう でんぶん			
	小松菜のねりごまあえ(小6 家庭科)			こまつな	もやし とうもろこし	さとう	ごま		
	肉じゃが	ぶた肉 ちくわ		にんじん いんげん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも さとう	油		
	くろロールパン 牛乳		牛乳			くろロールパン			
11月	ハンバーグのケチャップソースかけ	とり肉 ぶた肉		トマト	たまねぎ ににく しょうが	さとう でんぶん		650 825	2.5 3.4
	キャベツとれんこんのアップルビネガーサラダ				キャベツ れんこん きゅうり	さとう	油		
	クリームシチュー	とり肉	牛乳	にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも	油 ホワイトルウ		
	さばのおろしがけ	さば			だいこん	さとう でんぶん			
	もやしときゅうりのゆかりあえ			しそ	もやし きゅうり				
12月	とり団子汁	とり肉 かつおぶし		にんじん	たまねぎ はくさい しめじ ねぎ	パン粉 でんぶん さとう	油	639 789	2.2 2.8
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			
	揚げぎょうざ(小2c 中3c)	ぶた肉			キャベツ たまねぎ しょうが	さとう 小麦粉	油		
	はるさめサラダ				キャベツ きゅうり とうもろこし	マロニー さとう	ごま油		
	八宝湯	ぶた肉 えび うずら卵		チンゲンサイ にんじん	はくさい たまねぎ たけのこ	でんぶん	油		
16月	麦ごはん 牛乳		牛乳			麦ごはん		604 775	2.1 2.4
	カレーライス	ぶた肉		にんじん	たまねぎ ににく	じゃがいも	カレールウ 油		
	大豆とツナのサラダ	大豆 ツナ		赤ピーマン	キャベツ きゅうり		ドレッシング		
	ももゼリー					ももゼリー			
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			
17月	いかフライ	いか				パン粉 小麦粉 でんぶん	油	677 828	2.4 2.8
	じゃこ入り酢の物		わかめ しらす		きゅうり	さとう			
	みそおでん	生揚げ はんぺん うずら卵 みそ		にんじん	だいこん こんにゃく	さといも さとう			
	中華めん 牛乳		牛乳			中華めん			
	ちゃんぽん麺のスープ 小学校 卒業お祝い	ぶた肉 なると えび			しょうが とうもろこし キャベツ たまねぎ				
18水	さといもコロッケ	とり肉				さといも さとう パン粉 小麦粉 でんぶん	油	727 807	3.1 3.7
	大根の中華あえ	ツナ		ブロッコリー にんじん	だいこん	さとう	ごま油		
	お祝いデザート(小学校)	豆乳 大豆粉				さとう 米粉 でんぶん	油		
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			
	豚丼の具 小学校 卒業式	ぶた肉		にんじん	たまねぎ しょうが こんにゃく	さとう	油		
23月	さつまいもかりんとう					さつまいも さとう	油	815	2.2
	具だくさんみそ汁	とうふ 油揚げ みそ かつおぶし 煮干し			だいこん ごぼう はくさい ねぎ				
	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん			
	とり肉のから揚げ	とり肉			しょうが ににく	でんぶん	油		
	白菜の梅おかかあえ	かつおぶし		にんじん	はくさい もやし とうもろこし 梅	さとう			
23月	吳汁	とうふ 油揚げ 大豆 豆乳 みそ かつおぶし 煮干し		にんじん	だいこん ねぎ	じゃがいも		691 830	2.7 3.1
	蒲郡みかんゼリー					蒲郡みかんゼリー			

※献立の内容は変わることがあります。

※大口町では、令和7年度から給食費無償化となりました。

※本献立表は、全ての食材を記載しているものではありません。

※太字の食材は、大口町でとれたものです。