

令和8年3月 学校給食献立予定表

加西市南部学校給食センター

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	16日(月)
ごはん 牛乳 とりめしのぐ みそしる きゅうりのすのもの	ごはん 牛乳・ひなあられ さばのにつけ はなぶのすましじる なのはなのあえもの 【ひなまつり献立】	減量わかめごはん 牛乳・クレープ からあげ にこみうどん ブロッコリーのごまあえ 【西和田小リクエスト献立】	ごはん 牛乳 とりにくのあまからに フォーガー ナムル	ごはん 牛乳 ぶたにくのしょうがいため なめこのみそしる もやしのおこんぶあえ	ごはん 牛乳 とんかつ チキンカレー コーンサラダ おいわいゼリー	ごはん 牛乳 はるさめのピリからいため ちゅうかスープ はくさいのおひだし	パン 牛乳 ハムステーキ オニオンスープ キャベツサラダ ブルーベリージャム	ごはん 牛乳 コロック ぶたじる にんじんしりしり	ごはん 牛乳 さわらのゆすみそがけ たねきじる こまつなのツナあえ	ごはん 牛乳 シューマイ キムチなべ パンサンスー
○ とりにく △ ごぼう △ にんじん △ グリンピース さけ □ さとう こいくちしょうゆ みりん ○ とうふ ○ あぶらあげ △ だいこん △ にんじん △ えのきたけ △ ねぎ ○ みそ にほしだし △ きゅうり ○ わかめ ○ かまぼこ うすくちしょうゆ す □ さとう	○ さば さけ こいくちしょうゆ (小) □ さとう みりん △ しょうが □ はなやきふ ○ とうふ ○ ひらてん △ たまねぎ △ にんじん(加西産) △ ねぎ △ えのきたけ にほしだし ○ だしこんぶ うすくちしょうゆ (小) しお △ なのはな △ もやし △ キャベツ △ コーン うすくちしょうゆ (小) □ さとう □ ひなあられ 	○ わかめごはんのもと ○ とりにく こいくちしょうゆ (小) さけ しお こしょう △ ハリマおうにんにく(加西産) □ でんぶん □ あぶら □ うどん ○ ひらてん △ にんじん △ こんぶ △ ごぼう △ ねぎ うすくちしょうゆ (小) こいくちしょうゆ (小) □ さとう みりん ○ だしこんぶ にほしだし △ ブロッコリー □ すりごま うすくちしょうゆ (小) □ さとう □ クレープ(カスタード)	○ とりにく △ たまねぎ △ しょうが こいくちしょうゆ (小) □ さとう こまあぶら コチュジャン ○ チキンハム □ こめこめん □ たまねぎ □ でんぶん △ にんじん △ ポークフィオン チキンフィオン にほしだし △ しょうが うすくちしょうゆ (小) しお □ ごまあぶら △ もやし △ ほうれんそう △ にんじん うすくちしょうゆ (小) □ さとう す □ ごまあぶら △ おろしにんにく	○ ぶたにく △ たまねぎ △ しょうが △ ハリマおうにんにく(加西産) こいくちしょうゆ (小) さけ □ さとう みりん □ サラダあぶら □ でんぶん △ なめこ ○ とうふ △ だいこん △ にんじん △ ねぎ にほしだし ○ みそ △ もやし △ きゅうり △ にんじん ○ しおこんぶ うすくちしょうゆ (小) しお △ コーン △ キャベツ(加西産) △ きゅうり △ にんじん しお □ コーンドレッシング □ とうりゅうちごゼリー	○ とんかつ □ あぶら ○ とりにく □ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ トマトピューレ □ カレールウ △ すりおろしりんご チキンフィオン △ トマトケチャップ ウスターソース トンカツソース △ ハリマおうにんにく(加西産) △ しょうが あかワイン うすくちしょうゆ (小) カレー こしょう □ サラダあぶら △ コーン △ キャベツ(加西産) △ きゅうり △ にんじん しお □ サラダあぶら △ はくさい △ ほうれんそう ○ かつおぶし うすくちしょうゆ (小) □ さとう	○ ホロニアステーキ ○ ショルダーベーコン △ たまねぎ △ にんじん △ コーン ポークフィオン チキンフィオン うすくちしょうゆ (小) こいくちしょうゆ (小) しお こしょう △ キャベツ(加西産) △ きゅうり △ にんじん りんごす うすくちしょうゆ (小) □ さとう □ オリーブオイル しお こしょう □ ブルーベリージャム	□ コロック □ あぶら ウスターソース △ トマトケチャップ トンカツソース □ さとう ○ ぶたにく △ ごぼう △ たまねぎ △ だいこん △ にんじん △ ねぎ △ にほしだし ○ みそ △ にんじん ○ ツナ こいくちしょうゆ (小) しお こしょう □ ごまあぶら	○ さわら ○ みそ □ さとう みりん さけ うすくちしょうゆ (小) △ ゆずかじゅう ○ ひらてん △ たまねぎ △ こんぶ △ だいこん △ にんじん △ ねぎ △ にほしだし △ えのきたけ △ しょうが うすくちしょうゆ (小) にほしだし みりん ○ だしこんぶ □ でんぶん △ こまつな △ にんじん ○ ツナ こいくちしょうゆ (小) □ さとう	○ シューマイ (1人2個) 小 ○ ぶたにく ○ やきどうぶ △ はくさい △ たまねぎ △ にんじん △ キムチ ポークフィオン さけ しお こいくちしょうゆ (小) うすくちしょうゆ (小) △ きゅうり □ はるさめ △ にんじん ○ チキンハム □ さとう うすくちしょうゆ (小) □ ごまあぶら	

17日(火)	18日(水)	19日(木)	23日(月)
ごはん 牛乳 とりにくのおこしやき けんちんじる くきわかめあえ	ごはん 牛乳 ハンバーグ ABCマカロニスープ ポテトサラダ	ごはん 牛乳 さけのおやき ぶたじゃが ほうれんそうのおかかあえ	ごはん 牛乳 やきそば つくねじる にらいいナムル
○ とりにく しお こしょう ○ とうふ □ さといも(加西産) △ にんじん △ ごぼう △ ねぎ △ こんにゃく こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ しお ○ だしこんぶ にほしだし □ ごまあぶら ○ くきわかめ ○ ツナ △ キャベツ △ コーン うすくちしょうゆ す □ さとう	○ ハンバーグ △ トマトケチャップ △ トマトピューレ □ さとう トンカツソース ウスターソース あかワイン □ マカロニ ○ チキンハム △ たまねぎ △ にんじん △ えだまめ うすくちしょうゆ (小) みりん コンソメ しお こしょう □ じゃがいも △ きゅうり △ にんじん □ さとう しお こしょう す □ マヨネーズ	○ さけ しお ○ ぶたにく □ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ こんにゃく △ えだまめ △ しょうが □ さとう こいくちしょうゆ (小) うすくちしょうゆ (小) みりん さけ □ サラダあぶら △ ほうれんそう △ もやし △ にんじん こいくちしょうゆ (小) ○ かつおぶし	□ やきそばめん 小 ○ ぶたにく ○ ひらてん △ キャベツ(加西産) △ たまねぎ △ にんじん ○ かつおぶし トンカツソース ウスターソース □ サラダあぶら しお こしょう ○ とりつくね △ だいこん △ たまねぎ △ にんじん △ ねぎ にほしだし ○ みそ △ もやし △ にら うすくちしょうゆ (小) □ さとう す □ ごまあぶら △ おろしにんにく

ご卒業・進級おめでとうございます！

今年度の給食も残り3月のみとなりました。今のクラスで給食時間を過ごすのも、あと少しです。1年間の給食を振り返る大切な時間にしましょう。

給食では、みなさんの新たな門出を祝って下記の日程で「お祝いゼリー」が登場します。お楽しみに！


3/5 …特別支援学校高等部 3/9 …中学校
3/12 …特別支援学校小中学部 3/18 …小学校

—お知らせ—
 令和8年度4月の給食より、パンの提供回数が変わります。
変更前：毎月第2・第4水曜日
 ↓
変更後：毎週水曜日
 米の価格高騰や、給食アンケートによる人気メニュー上位にパンが選ばれたことを考慮し、決定いたしました。今後も学校給食について、ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

アレルギーの表示

卵…鶏卵 小…小麦
 (小)…調味料の原料小麦 乳…牛乳・乳製品
 え…えび か…かに そ…そば
 落…落花生 く…くるみ
 (同一施設内で製造している食品は含みません)
 ※ 詳しい配合表が必要な場合は、学校に問い合わせください。

○…赤色の食品 (体をつくるもとになるもの)
 □…黄色の食品 (エネルギーのもとになるもの)
 △…緑色の食品 (体の調子を整えるもの)

 の日はスプーンがついています。
 食品の配合等については、学校に問い合わせください。
 物資の都合や警報等による給食の中止で、献立を変更する場合があります。

今月の栄養価	小学校	中学校
熱量(kcal)	629	748
たんぱく質(g)	24.8	29.1
脂質(g)	16.1	18.0