



令和8年度3月 学校給食献立予定表



岡町学校給食センター

日	曜	欠食校	献立名	赤の食品	緑の食品	黄色の食品	【栄養価】 1人分・たんぱく質・脂質・塩分
				おもに体をつくる	おもに体の調子を整える	おもに1人分のもとなる	
2	月		ごはん 牛乳 野菜のキッシュ ハムマリネサラダ 野菜のスープ	牛乳 キッシュ ロースハム ベーコン	たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん ほうれん草	ごはん マリネドレッシング	496 16.9 17.2 1.5 606 20.0 19.4 1.7 699 22.3 20.7 1.9
3	火		ちらし寿司 きざみのり 牛乳 きんしたまご 卵の花炒り すまし汁 ひな祭りデザート	牛乳 きざみのり きんしたまご おから 豚肉 さつま揚げ	にんじん ねぎ ごぼう しらたき しめじ 小松菜 れんこん たけのこ かんぴょう しいたけ	ごはん 三温糖 米油 ひなあられ (幼) 三色だんご (小) さくらもち (中)	506 18.3 12.5 1.8 680 22.8 14.5 2.4 819 26.8 15.6 3.1
4	水	中3年生	ごはん 牛乳 鮭のみそマヨネーズ焼き 五目ビーフン じゃがいもと油揚げのみそ汁	牛乳 さけ ベーコン 油揚げ みそ	にんじん たまねぎ パプリカ ビーマン しいたけ	ごはん ビーフン じゃがいも 三温糖 マヨネーズ ごま油 白ごま	523 24.8 15.5 1.7 637 29.6 17.4 2.1 738 32.2 19.0 2.5
5	木	中3年生	ごはん 牛乳 鶏のから揚げ 小松菜のチーズ和え えのきたけのスープ	牛乳 鶏肉 ダイスチーズ 豆腐	キャベツ にんじん 小松菜 えのきたけ ねぎ レモン	ごはん 三温糖 米油 かたくり粉 白ごま	523 24.2 15.2 2.2 641 27.2 17.6 2.7 756 31.6 19.6 2.9
6	金		麦ごはん 牛乳 こんにゃくサラダ チキンカレー メロンゼリー	牛乳 鶏肉 粉チーズ わかめ 茸わかめ こんにゃく	たまねぎ にんじん えだまめ きゅうり サラダこんにゃく トマト	ごはん 麦 じゃがいも 和風ドレッシング カレー粉 カレールウ メロンゼリー	535 16.3 14.9 2.1 671 20.1 18.0 2.5 789 23 19.5 3
9	月		ごはん 牛乳 花型ハンバーグ和風あられソース 菜の花和え みそけんちん汁	牛乳 花型ハンバーグ 鶏肉 豆腐 みそ	大豆もやし 菜の花 にんじん だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく	ごはん 三温糖 かたくり粉 あられ さつまいも 米油	496 20.0 12.7 1.7 610 23.7 14.6 2.1 736 28.5 16.7 2.5
10	火		コッペパン 牛乳 おかず焼きそば ブロッコリーのおかかマヨ和え 肉団子入りスープ	牛乳 豚肉 かつお節 ミニミートボール 青のり みそ	ブロッコリー たまねぎ にんじん キャベツ 緑豆もやし ビーマン はくさい ねぎ しいたけ	コッペパン 焼きそばめん マヨネーズ 米油 ウスターソース ごま油	464 20.1 15.4 1.9 600 25.5 19.0 2.4 719 30.0 21.5 2.9
11	水		ごはん 牛乳 さわらのレモン焼き 切りこんにゃくの炒め煮 小松菜のみそ汁	牛乳 さわら 鶏肉 こんにゃく 油揚げ ちくわ みそ	にんじん しらたき 小松菜 えだまめ レモン	ごはん じゃがいも 三温糖 米油 白ごま	503 27.7 14.2 1.8 624 32.1 17.0 2.6 736 31.2 18.9 2.8
12	木		【中学生お祝い献立】 赤飯 牛乳 鶏肉とこんにゃくのごまみそ和え 枝豆サラダ 玉ねぎのみそ汁 お祝いゼリー (中のみ)	牛乳 鶏肉 豆腐 みそ	キャベツ きゅうり にんじん こんにゃく えだまめ とうもろこし たまねぎ	ごはん 小豆 かたくり粉 三温糖 ごま油 米油 白ごま お祝いゼリー (中のみ)	521 21 17.6 1.8 646 26 21.3 2.3 776 30 24.0 2.7
13	金	中学校	ごはん 牛乳 ショウロンボウ ビビンバ炒め 白菜とたまごのスープ	牛乳 ショウロンボウ 豚肉 鶏肉 たまご みそ	大豆もやし ほうれん草 にんじん ぜんまい はくさい えのきたけ ねぎ	ごはん 三温糖 米油 白ごま ごま油	495 18.3 16.5 1.9 680 24 23.7 2.5 772 27 24.9 2.9
16	月	中3年生	【幼稚園お祝い献立】 ごはん 牛乳 ミニミートボールの甘酢煮 ひじきのツナサラダ さつまいものみそ汁 お祝いゼリー (幼のみ)	牛乳 ひじき ツナ ミニミートボール 大豆 みそ	たまねぎ にんじん たけのこ ビーマン しめじ	ごはん さつまいも マヨネーズ 三温糖 米油 かたくり粉 お祝いゼリー (幼のみ)	535 19 16.2 1.9 639 23 19.6 2.3 753 27 22.0 2.8
17	火	両幼稚園 中3年生	スパゲッティ 牛乳 野菜のコロッケ コーンサラダ ミートソース	牛乳 鶏肉 大豆 粉チーズ	たまねぎ にんじん パプリカ ビーマン しめじ しいたけ トマト キャベツ きゅうり とうもろこし	スパゲッティ コロッケ 中濃ソース 三温糖 ごま油 バター	幼稚園なし 640 27 18.5 1.8 832 36 22.3 2.4
18	水	両幼稚園 中3年生	【小学生お祝い献立】 ごはん 牛乳 ホークソースマリネ 春キャベツサラダ ワンタンスープ お祝いゼリー (小のみ)	牛乳 豚肉 ロースハム なたと	たまねぎ キャベツ きゅうり にんじん たけのこ はくさい ねぎ パセリ	ごはん 中濃ソース 米油 三温糖 ごま油 ワンタン お祝いゼリー (小のみ)	幼稚園なし 656 25 18.4 2.8 774 28 20.5 3.0
19	木	両幼稚園 瑞小 中3年生	ごはん 牛乳 たららのピザソース焼き 青菜とコーンのソテー なめこ汁	牛乳 たら チーズ ベーコン 豆腐 みそ	たまねぎ しめじ パプリカ ビーマン ほうれん草 にんじん とうもろこし なめこ ねぎ	ごはん バター 米油	幼稚園なし 614 29 18.0 2.2 724 34 20.1 2.6

春分の日



※ 材料等の都合により、献立変更になる場合がありますのでご了承ください。

※ 栄養価は上段が幼稚園、中段が小学校、下段が中学校の数値です。【単位：1人分・(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)】