



3月分 学校給食こんだて表

小豆島町立学校給食センター
2026/3/1

中学3年生リクエストにクッキングオーリーがついています！

※都合により献立は変更することがあります。

日曜	献立名	材料名						調味料	I材料-kcal		
		おもに体をつくる食品		おもに体の調子を整える食品		おもにエネルギーのもとになる食品			小学校	中学校	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群				
		魚・肉・卵・豆・豆腐製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂				
2月	キムチごはん・牛乳	ぶたにく	牛乳	にんじん	しょうがはくさい	米	ごま油	しょうゆ パイオン	660	779	
	きゅうりとツナのサラダ	まぐろ	わかめ		きゅうり キャベツ	さとう	ごま油	酢 しょうゆ			
	トック入りわかめスープ		わかめ	ねぎ	たまねぎ	トック		がらスープ しょうゆ こしょう			
	焼きプリンタルト							★焼きプリン タルト			
3火	ごはん・牛乳		牛乳			米			681	835	
	厚揚げと春雨のピリ辛炒め	ぶたにく あつあげ		にら	根深ねぎ しょうが	はるさめ さとう	なたね油 ごま油	トウバンジャン パイオン しょうゆ			
	キャベツのこんぶあえ		塩こんぶ	ほうれん草	キャベツ		ごま油 すりごま				
	ひなまつりゼリー							★ひなまつり ゼリー			
4水	ドライカレー・牛乳	ぎゅうにく ぶたにく	牛乳	にんじん ピーマン	たまねぎ	米	さとう	なたね油	カレー粉 パイオン 塩 ソース こしょう	653	800
	元気サラダ	ハム 系かつお	こんぶ	にんじん	キャベツ きゅうり コーン	さとう	オリーブ油	酢 塩 こしょう しょうゆ			
	スイーツスプリング							★スイーツスプリング			
5木	小型揚げパン・牛乳		牛乳			ドッグパン さとう	なたね油		609	731	
	肉だんごとはるさめのスープ煮	★ミートボール			はくさい 根深ねぎ しめじ	はるさめ		がらスープ こしょう 酒 しょうゆ パイオン 塩			
	オリーブオイルとポテトのサラダ	ハム		にんじん	たまねぎ きゅうり	じゃがいも さとう	オリーブ油	酢 塩 こしょう			
6金	ごはん・牛乳		牛乳			米			672	813	
	鶏肉のもろみ焼き	とりにく もろみ				さとう		しょうゆ 酒			
	パンサンスウ	ハム		にんじん	ちやし きゅうり	はるさめ さとう	ごま油	しょうゆ 酢 からし			
	ふし汁	かまぼこ	わかめ (こんぶ・煮干し)	ねぎ	たまねぎ	そうめん ふし		しょうゆ 塩			
9月	わかめごはん・牛乳	ぶたにく	炊き込みわかめ 牛乳	にんじん	ごぼう えだまめ	米	なたね油	だしの素	620	766	
	食べて菜とキャベツのドレッシングあえ	ハム		食べて菜	キャベツ	さとう	ごま ごま油	酢 しょうゆ			
	豚汁	ぶたにく 油あげ みそ	(煮干し)	にんじん ねぎ	だいこん	さつまいも こんにゃく					
10火	ねぎ丼・牛乳	ぎゅうにく ぶたにく	牛乳	ねぎ にんじん	根深ねぎ たまねぎ	米	さとう こんにゃく	しょうゆ みりん だしの素	651	788	
	小松菜ともやしのソテー	ベーコン		こまつな	もやし		オリーブ油	塩 こしょう			
	バナナ				バナナ						
11水	大師もち麦ごはん・牛乳		牛乳			米 ダイシモチ麦			626	765	
	高野豆腐の卵とじ	こうや豆腐 たまご とり		にんじん さやいんげん	たまねぎ しいたけ	さとう		しょうゆ だしの素 酒			
	菜の花あえ	ハム		なばな にんじん	はくさい			しょうゆ			
	のりつくだ煮		のり佃煮								
12木	ごはん・牛乳		牛乳			米			704	865	
	さけのみそマヨネーズ焼き	さけ みそ			たまねぎ		ノンエッグ マヨネーズ	塩 こしょう ワイン			
	海藻サラダ		海藻ミックス	にんじん	コーン キャベツ きゅうり	さとう	ごま油	酢 しょうゆ			
	コーンスープ	ベーコン	牛乳		コーン たまねぎ		なたね油	こしょう パイオン コンクリーム スープ			

日曜	献立名	材料名						調味料	I材料-kcal	
		おもに体をつくる食品		おもに体の調子を整える食品		おもにエネルギーのもとになる食品			小学校	中学校
		1群	2群	3群	4群	5群	6群			
		魚・肉・卵・豆・豆腐製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	穀類・いも類・砂糖	油脂			
13金	ごはん・牛乳		牛乳			米			634	770
	豚肉とキャベツのみそ炒め	ぶたにく みそ		にんじん ピーマン	キャベツ たまねぎ	さとう	なたね油	酒 しょうゆ みりん		
	彩りスープ	ベーコン		チンゲンサイ にんじん にら	はくさい			がらスープ こしょう パイオン しょうゆ		
	元気ヨーグルト		★元気ヨーグルト							
16月	ごはん・牛乳		牛乳			米			636	798
	さばのみそ煮		★さばのみそ煮							
	こまつなとキャベツのコーンあえ			こまつな にんじん	キャベツ コーン			しょうゆ みりん		
	かぼちゃのみそ汁	みそ	わかめ (煮干し)	かぼちゃ にんじん ねぎ	たまねぎ					
17火	ごはん・牛乳		牛乳			米			645	799
	マーボー豆腐	とうふ ぶたにく みそ		にら	根深ねぎ しいたけ にんにく	さとう でんぷん	なたね油 ごま油	トウバンジャン パイオン しょうゆ クチャップ		
	かみかみあえ	すめめ	こんぶ	ほうれん草	だいこん コーン	さとう	ごま油	しょうゆ 酢		
18水	ごはん・牛乳		牛乳			米			626	772
	じゃがいもそぼろ煮	ぶたにく		にんじん	たまねぎ	じゃがいも さとう	なたね油	しょうゆ だしの素		
	ブロッコリーのツナサラダ	まぐろ	わかめ	ブロッコリー	キャベツ	さとう	オリーブ油	しょうゆ 酢 こしょう		
19木	食パン・牛乳		牛乳			食パン			604	786
	焼きそば	ぶたにく かつお節	あおのり	にんじん	キャベツ もやし	中華めん	なたね油	酒 焼きそばソース ソース パイオン こしょう		
	ファイバーサラダ	まぐろ			キャベツ きゅうり ごぼう		オリーブ油 ごま	酢 こしょう しょうゆ		
	キャンディチーズ		★キャンディ チーズ							
23月	ごはん・牛乳		牛乳			米			624	772
	チリコンカーン	だいす ぶたにく ぎゅうにく		にんじん	たまねぎ にんにく	さとう	なたね油	クチャップ ソース ワイン パイオン		
	野菜のカレーソテー	ベーコン		ピーマン にんじん	キャベツ		オリーブ油	こしょう 塩 パイオン カレー粉		

★は加工食品（だし用）

※小豆島産食材を使用している食材名は太字にしています。

給食の時間をふりかえろう

できたものには□にチェックを入れて、給食の時間のふりかえりをしましょう。

<input type="checkbox"/> 協力して給食の準備をすることができた 	<input type="checkbox"/> 1人分の量をきれいに盛りつけた 	<input type="checkbox"/> 楽しく会食することができた
<input type="checkbox"/> バランスのよい食事のとり方がわかった 	<input type="checkbox"/> 地域の地場産物がわかった 	<input type="checkbox"/> 感謝の気持ちを持って食べることができた