

令和8年 3月献立予定表

(15回) 台東育英小学校

日曜	献立名	牛乳	赤のなかま	黄のなかま	調子を整えるもの	エネルギー Kcal たんぱく質 g	日曜	献立名	牛乳	赤のなかま	黄のなかま	調子を整えるもの	エネルギー Kcal たんぱく質 g
2月	フレンチトースト	調理用牛乳 卵	鶏肉 大豆 ひよこまめ 白いんげん	食パン グラニュー糖 バター 粉糖	玉葱 人参 トマトピューレ	598	12月	ピザサンドトースト		ピザチーズ	食パン 油	玉葱 マッシュルーム ピーマン トマトピューレ	651
	チキンビーンズ			油 じゃがいも でんぷん				鶏肉とひよこ豆の煮込み	鶏肉 ひよこ豆	油 じゃが芋 でんぷん	人参 玉葱 コーン		
	大根サラダ			油 砂糖	大根 きゅうり 人参 玉葱	26.7		☆不思議な目玉焼き	寒天 調理用牛乳	砂糖	黄桃缶		
3月	鶏そぼろ寿司	鶏ひき肉	鶏ひき肉	精白米 砂糖 油	人参 コーン	606	13月	ごはん			精白米		606
	魚の野菜あんかけ	赤魚	豆腐 はんぺん(卵・小麦なし)	でんぷん 油 ごま油 砂糖	きやべつ 人参 もやし			魚の照り焼き	さわら	砂糖	しょうが		
	あらはんぺんのお吸い物				えのきたけ			かわりきんぴら		油 じゃが芋 三温糖	ごぼう 人参 糸こんにゃく		
4月	ももゼリー	寒天		砂糖	ネクター	25.0	16月	☆豚汁	豚肉 油揚げ みそ	油	大根 長ねぎ 小松菜	29.6	
	☆キムチチャーハン	豚肉	鶏肉 豆腐 みそ	精白米 油	人参 キムチ(魚介なし) ピーマン	578		ごはん		精白米			600
	豆腐の中華煮			油 砂糖 でんぷん ごま油	しょうが 人参 玉葱 筍 しめじ			☆ヤンニョムチキン	鶏肉	でんぷん 油 砂糖 ごま	にんにく しょうが		
果物(せとか)				せとか	☆海藻サラダ		海藻ミックス	油 ごま油	キャベツ 大根 玉葱				
5月	ごはん			精白米		562	17月	たまご卵スープ	卵	でんぷん	人参 えのきたけ とうみょう	23.5	
	鶏肉のくわ焼き	鶏肉		砂糖	しょうが			ごぼうとレンズ豆のドライカレー	レンズまめ 鶏ひき肉	精白米 油 小麦粉	ごぼう しょうが 玉葱 人参 トマトピューレ	635	
	青菜とこんにゃくの炒め煮			油 砂糖	しめじ 小松菜 こんにゃく			ツナ野菜カレー	ツナ	ごま油	人参 小松菜 きやべつ もやし		
6月	かぶのみそ汁	わかめ 油揚げ みそ			かぶ	24.1	18月	果物(いちご)			いちご		27.1
	ごま風味うどん	豚肉 みそ		油 うどん すりごま	しょうが 人参 玉葱 マッシュルーム	642		チョコチップパン		チョコチップパン			541
	コーン野菜炒め			ごま油	人参 小松菜 きやべつ もやし コーン			魚のムニエル	メルルーサ 粉チーズ	小麦粉 バター			
☆大学芋			さつまいも 油 砂糖 水あめ		オニオンドレッシングサラダ			油 砂糖	キャベツ きゅうり もやし セロリー 玉葱				
9月	☆みそラーメン	豚ひき肉 みそ		蒸し中華麺 油 ごま油	にんにく しょうが 長ねぎ 人参 きやべつ もやし コーン いら	641	19月	☆ABCスープ	ウインナー	ABCマカロニ	玉葱 人参 ほうれんそう	26.9	
	☆青のりポテト	青のり		じゃが芋 油				ごはん		精白米			611
	果物(いちご)				いちご			れんこんハンバーグ	豚ひき肉 鶏ひき肉 調理用牛乳	油 パン粉	玉葱 れんこん		
10月	親子丼	鶏肉 卵		精白米 油 砂糖 でんぷん	人参 玉葱 こんにゃく 干し椎茸 グリンピース	581	20月	ベーコンと大根のバター醤油炒め	ベーコン	バター	大根 人参	26.6	
	かぶの即席漬け			ごま油 砂糖	きやべつ かぶ きゅうり			白菜のみそ汁	油揚げ みそ		玉葱 白菜		
	なめこ汁	豆腐 みそ			なめこ 万能ねぎ			わかめごはん	炊き込みわかめ	精白米			
11月	☆ジャンボ餃子			精白米 精麦		616	23月	☆スティック温野菜	豚ひき肉	餃子の皮 ごま油 でんぷん 小麦粉 油	にんにく しょうが いら 玉葱 きやべつ	676	
	麻婆豆腐	豚ひき肉 みそ 豆腐		油 ごま油 砂糖 でんぷん	にんにく しょうが 人参 長ねぎ			☆フルーツポンチ		油 砂糖	人参 きゅうり 大根 玉葱		
	☆パリパリサラダ	くきわかめ		ワンタンの皮 油 ごま油 砂糖	大根 きやべつ もやし 玉葱						パイン缶 みかん缶 黄桃缶		20.0

☆3日(火) ひな祭り献立

※献立は、学校行事、その他の都合で変更することがあります。  
 ※衛生管理上、果物以外の食材はサラダを含めてすべて加熱しています。  
 ※料理名を右にたどると、その料理に使われている材料と働きがわかります。  
 ※種実類(ごま・カカオ・栗を除く)、いくら、そば、キウイは使用していません。



リクエスト給食



6年生のリクエストで、上位になったメニューを3学期(2月・3月)にとりいれています。  
 ☆印は6年生のリクエストで上位になったメニューです。