

令和7年3月分学校給食基準献立予定表(詳細版)

※ 分量(g)は中学年の1人分です。

※ 学校行事等により献立を変更したり、お休みしたりすることがありますのでご了承ください。

A	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	14 (金)	10 (月)	11 (火)	13 (木)	12 (水)	17 (月)												
B	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	17 (月)												
C	3 (月)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	4 (火)	10 (月)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	11 (火)	17 (月)												
D	3 (月)	6 (木)	7 (金)	4 (火)	5 (水)	11 (火)	10 (月)	14 (金)	12 (水)	13 (木)	17 (月)												
E	3 (月)	7 (金)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	12 (水)	11 (火)	10 (月)	14 (金)	13 (木)	17 (月)												
献立名	五目ずし	春キャベツのクリームスパゲッティ	ごはん	ぶどうパン	ガバオライス	ひじきごはん	黒パン	あじのたれカツ丼	ソフトフランス	妻ごはん	チキンカレー												
	きざみのり	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳												
	牛乳	大豆のスパイシー揚げ	ホイコーロー	揚げじゃがいものそぼろ煮	みそドレッシングサラダ	とり肉のから揚げ	ミートソースグラタン	ごまみそ汁	とり肉のマヨネーズ焼き	生揚げのそぼろ煮	菜の花サラダ												
	かじきのつけ焼き		トックスープ	塩ナムル		ごま酢あえ	フレンチサラダ		たまごスープ	いそあえ	ゼリー												
	からしあえ								ヨーグルト														
	ひなあられ																						
材料名	米	65	スパゲッティ	60	米(委託炊飯)	80	ぶどうパン	50	米	62	黒パン	50	米(委託炊飯)	80	ソフトフランス	50	米	70	米	70			
	麦	5	塩	1.2					麦	10	麦	8			あじ	35		麦	10	麦	10		
	酒	0.8	サラダ油	3	牛乳	206	牛乳	206	油	0.3	酒	0.8	牛乳	206	塩	0.1	牛乳	206	油	0.3	油	0.3	
	水		鶏肉	35					酒	1	水				こしょう	0.02		酒	1	酒	1		
	さとう	2.5	キャベツ	65	豚肉	60	じゃがいも	140	水		豚肉	10	マカロニ	25	小麦粉	3	鶏肉	60	水		水		
	塩	0.6	玉ねぎ	20	キャベツ	60	油	35	豚ひき肉	45	人参	5	塩	0.4	小麦粉	3	塩	0.2			鶏肉	53	
	酢	6	人参	9	長ねぎ	5	豚ひき肉	30	大豆ミート	6.5	ひじき	1	豚ひき肉	27	水	12	こしょう	0.03	牛乳	206	人参	15	
	かんぴょう	1	油	0.6	人参	10	さとう	4.5	玉ねぎ	30	冷凍油揚げ	8	大豆ミート	4	パン粉	9.5	白ワイン	0.9			じゃがいも	42	
	塩	0.2	バター	1.1	にんにく	0.5	しょうゆ	4.5	ピーマン	4	さとう	2.2	玉ねぎ	25	油	35	卵めきマヨネーズ	4.9	冷凍生揚げ	74	玉ねぎ	40	
	人参	5	調理用牛乳	20	しょうが	0.5	酒	0.5	にんにく	0.5	しょうゆ	4.5	人参	10	しょうゆ	3.5	乾燥バセリ	0.03	さとう	2.1	にんにく	0.2	
	干し椎茸	0.6	脱脂粉乳	8	ごま油	1.2	片栗粉	1	油	1	塩	0.1	にんにく	0.5	さとう	2.8			しょうゆ	3.2	しょうが	0.5	
	冷凍油揚げ	8	濃縮スープ(チキン)	5	豆板醤	0.3	水		しょうゆ	3	セロリ	2			酒	1.4	豚肉	10	豚ひき肉	30	油	1	
	かつお節	1	塩	0.9	酒	1.5			オイスターソース	1.5			油	0.7	みりん	0.7	人参	8	大豆ミート	4.5	油	6	
	水	20	こしょう	0.03	濃縮スープ(ポーク)	3	もやし	40	酒	0.5	牛乳	206	濃縮スープ(ポーク)	3	水	1.4	玉ねぎ	25	みりん	0.8	小麦粉	6	
	さとう	2.3	水	45	さとう	0.5	人参	8	みりん	0.5			トマトケチャップ	10	白菜	31	さとう	3.1	カレー粉	1			
	しょうゆ	3	米粉	4.5	しょうゆ	3	ほうれん草	22	さとう	0.3	鶏肉	60	デミグラスソース	5	牛乳	206	卵	20	しょうゆ	4.6	濃縮スープ(チキン)	2	
	のり	0.5	水		こしょう	0.01	ごま油	0.4	塩	0.3	塩	0.5	塩	0.4			ほうれん草	14	酒	2.3	塩	0.8	
					甜面醤	6	酢	1	こしょう	0.01	こしょう	0.03	こしょう	0.01	豚肉	10	濃縮スープ(ポーク)	5	片栗粉	1.2	トマトケチャップ	2	
	牛乳	206	牛乳	206	片栗粉	1	塩	0.4	乾燥バジル	0.06	白ワイン	0.5	さとう	0.4	人参	10	塩	0.8	水		ウスターソース	2.5	
					水		白ごま	1			片栗粉	8	中濃ソース	0.5	大根	18	こしょう	0.03			しょうゆ	1.6	
	かじき	60	大豆(ボイル)	50					牛乳	206	油	35	小麦粉	4	キャベツ	25	しょうゆ	2	キャベツ	40	ローリエ	0.02	
	しょうゆ	2.8	片栗粉	5	鶏肉	15							水	60	もやし	8	水	130	人参	8	水	80	
	赤みそ	2	油	35	大根	30			キャベツ	33	キャベツ	45	とろけるチーズ	7	ごま油	1			ほうれん草	22			
	しょうが	1.2	塩	0.2	人参	5			人参	7	人参	5			冷凍油揚げ	8	ヨーグルト(鉄)	80	しょうゆ	2.8	牛乳	206	
	酒	1	こしょう	0.01	ほうれん草	14			ほうれん草	10	ほうれん草	14	キャベツ	45	冷凍豆腐	7			のり	0.5			
	油	1	パプリカ	0.01	しょうが	0.1			ほうれん草	10	しょうゆ	2.8	人参	5	ほうれん草	14					ほうれん草	22	
			カレー粉	0.01	にんにく	0.1			白みそ	3.1	さとう	1.5	きゅうり	5	かつお節	1.5					キャベツ	38	
	キャベツ	45	チリパウダー	0.01	塩	0.6			さとう	1.7	酢	2.5	さとう	0.5	白みそ	10					ホールコーン	10	
	もやし	8			しょうゆ	2			サラダ油	1	白ごま	3	塩	0.3	白ごま	1.6					しょうゆ	1.5	
	ほうれん草	14			こしょう	0.01			酢	1.7			酢	1.7	水	140					塩	0.1	
	しょうゆ	2.6			濃縮スープ(チキン)	5			ごま油	0.3			こしょう	0.03							酢	0.8	
	からし粉	0.1			トック	20			白ごま	1.6			からし粉	0.1							ごま油	0.8	
					水	130							サラダ油	1.8									
	ひなあられ	5																				すだちゼリー	40
																		</					