

令和6年3月分予定献立表（小学校）

知立市学校給食センター

日曜	食器	献立	<赤> おもに体をつくる もとになる食品		<緑> おもに体の調子を整える もとになる食品		<黄> おもにエネルギーの もとになる食品		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群			
			魚・肉・卵・ 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン めん・いも・砂糖	油脂・種実			
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質			
1 金	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		688	28.2
	皿	とりにくのからあげ	とりにく			しょうが		かたくりこ	あぶら		
	皿	れんこんのうめふうみあえ	とりにく かつおぶし		しそ	どうもろこし うめ れんこん きゅうり					
	小	あいちしょくざいのみそしる	とうふ みそ あぶらあげ あずき		にんじん はねぎ	だいこん はくさい しろねぎ		さといも			
		◎いがまんじゅう	「ひなまつり」の 三河地方に伝わる 行事食です。					こめ さとう もちごめ			
4 月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		586	29.0
	皿	さわらのさいきょうやき	さわら みそ					さとう			
	皿	いそかあえ		のり		キャベツ もやし		さとう			
	小	★おやこじる [たまご]	たまご かまぼこ とうふ とりにく		にんじん みつば	はくさい しいたけ		かたくりこ			
知立小学校6年2組 が考えた献立です											
5 火	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		671	25.5
	皿	おろしポテんと豆腐ハンバーグ	とりにく とうふ だいず			たまねぎ だいこん		さとう かたくりこ			
	皿	きゅうりツナサラダ マヨドレッシング	まぐろあぶらづけ			きゅうり キャベツ			ドレッシング		
	小	だごじる	とりにく		にんじん はねぎ	だいこん はくさい しいたけ しろねぎ ごぼう		こめこだんご さといも			
		熊本県の 郷土料理です。									
6 水	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		683	21.8
	皿	だいずいりドライカレー	ぶたにく だいず		にんじん ビーマン	たまねぎ		コーンスターチ			
	小	やさいたつぶりぐたくさん コンソメスープ	ワインナー		にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ		ライスマカロニ			
	皿	キャロットドーナッツ			にんじん	とうもろこし		ホットケーキこ こむぎこ さとう	あぶら		
7 木	皿	ちゅうかめん 牛乳		ぎゅうにゅう				ちゅうかめん		639	24.6
	大	とんこつラーメンのしる	ぶたにく なんと	わかめ	はねぎ にんじん	はくさい もやし しろねぎ					
	皿	あいちのやさしいりはるまき	とりにく		にんじん	キャベツ れんこん		こむぎこ	あぶら		
	小	チンゲンサイとキャベツの ちゅうかあえ	とりにく		チンゲンサイ	キャベツ			ごま ごまあぶら		
8 金	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		698	27.8
	小	すきやきふうに	ぎゅうにく やきどうふ かまぼこ		にんじん はねぎ	はくさい こんにやく しろねぎ		さとう			
	皿	ごもくあつやきたまご	たまご	ひじき	にんじん ほうれんそう	しいたけ グリーンピース		さとう	あぶら		
	皿	なのはなのごまあえ ◎プリン		ぎゅうにゅう		なばな キャベツ		さとう さとう	ごま あぶら		

愛知県産の食材（3月分の予定）



こめ



こむぎ



ぎゅうにゅう



とりにく



ぶたにく



きくらげ



だいず



みそ



にんじん



キャベツ



パセリ



だいこん



みつば



さといも



しいたけ



れんこん



チンゲンサイ



きゅうり



はくさい



ねぎ



トマト

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です



【3月学校給食献立月目標】

ねんかん はんせい
1年間の反省をしよう



※食材の都合により献立を変更する場合があります。
 ※献立名は主食・主菜・副菜の順になっています。◎は、業者配送です
 ※★は、アレルギー対応食です。[]内のアレルゲンの除去食を提供します。
 ※アレルギー物質については、アレルギー関連書類で確認してください。

令和6年3月分予定献立表（中学校）

知立市学校給食センター

日曜	食器	献立	<赤> おもに体をつくる もとになる食品		<緑> おもに体の調子を整える もとになる食品		<黄> おもにエネルギーの もとになる食品		エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群			
			魚・肉・卵・ 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	米・パン めん・いも・砂糖	油脂・種実			
			たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質			
中学校3年生 卒業お祝い献立											
1 金	大	せきはん 牛乳	あずき	ぎゅうにゅう			こめ もちごめ			890	35.4
	皿	とりにくのからあげ(2こ)	とりにく			しょうが	かたくりこ	あぶら			
	皿	れんこんのうめふうみあえ	とりにく かつおぶし		しそ	どうもろこし うめ れんこん きゅうり					
	小	あいちしよくざいのみそしる	とうふ みそ あぶらあげ		にんじん はねぎ	だいこん はくさい しろねぎ	さといも				
		ごましお ◎そつぎょうおいわい いちごケーキ	とうにゅう			いちご	さとう こめこ	ごま あぶら			
4 月	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ			820	34.9
	皿	さわらのさいきょうやき	さわら みそ				さとう				
	皿	いそかあえ		のり		キャベツ もやし	さとう				
	小	★おやこじる【たまご】	たまご かまぼこ とうふ とりにく あずき		にんじん みつば	はくさい しいたけ	かたくりこ				
		◎いがまんじゅう	「ひなまつり」の 三河地方に伝わ る行事食です。				こめこ さとう もちごめ				
知立小学校6年2組 が考えた献立です											
5 火	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ			863	31.3
	皿	おろしポンずとうふハンバーグ	とりにく とうふ だいたいず			たまねぎ だいこん	さとう かたくりこ				
	皿	きゅうりツナサラダ マヨドレッシング	まぐろあぶらづけ			きゅうり キャベツ		ドレッシング			
	小	だごじる	とりにく		にんじん はねぎ	だいこん はくさい しいたけ しろねぎ ごぼう	こめこだんご さといも				
		◎熊本の 郷土料理です。									
7 木	皿	ちゅうかめん 牛乳		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん			812	31.1
	大	とんこつラーメンのしる	ぶたにく なんと	わかめ	はねぎ にんじん	はくさい もやし しろねぎ					
	皿	あいちのやさしいりはるまき	とりにく		にんじん	キャベツ れんこん	こむぎこ	あぶら			
	小	チンゲンサイとキャベツの ちゅうかあえ	とりにく		チンゲンサイ	キャベツ		ごま ごまあぶら			
		◎ヨーグルト		ヨーグルト			さとう				
8 金	大	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ			868	33.6
	小	すきやきふうに	ぎゅうにく やきとうふ かまぼこ		にんじん はねぎ	はくさい こんにやく しろねぎ	さとう				
	皿	ごもくあつやきたまご	たまご	ひじき	にんじん ほうれんそう	しいたけ グリーンピース	さとう	あぶら			
	皿	なのはなのごまあえ			なばな	キャベツ	さとう	ごま あぶら			
		◎プリン		ぎゅうにゅう			さとう				

愛知県産の食材(3月分の予定)



こめ



こむぎ



ぎゅうにゅう



とりにく



ぶたにく



きくらげ



だいたいず



みそ



にんじん



キャベツ



パセリ



だいこん



みつば



さといも



しいたけ



れんこん



チンゲンサイ



きゅうり



はくさい



ねぎ



トマト

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です

※食材の都合により献立を変更する場合があります。
 ※献立名は主食・主菜・副菜の順になっています。◎は、業者配送です
 ※★は、アレルギー対応食です。【 】内のアレルギーの除去食を提供します。
 ※アレルギー物質については、アレルギー関連書類で確認してください。



【3月学校給食献立月目標】

ねんかん はんせい
1年間の反省をしよう



