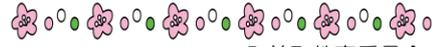




3月献立表



入善町教育委員会

入善町立黒東小学校

令和8年3月

当番	日曜	献立名	おもな材料とその働き					
			赤：おもに体の組織をつくる		緑：おもに体の調子を整える		黄：おもにエネルギーとなる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
B	2月	ごはん ぎゅうにゅう ★ふりかけ給食★ はるキャベツのみそしる ふりかけ いわしのメンチカツ にんじんしりしり	あつあげ いわし ツナ ★みそ	ぎゅうにゅう のり	にんじん	キャベツ たまねぎ しめじ にんにく もやし とうもろこし	★こめ でんぶん こめこ さとう パン粉	こめあぶら ごま
	3火	ちらしずし ぎゅうにゅう ★ひな祭りメニュー★ とうふとなめこのみそしる ひなあられ さわらのさいきょうやき なばなのおひたし	うすあげ たまご もめんどうふ さわら しろみそ	ぎゅうにゅう	にんじん さやえんどう なばな キャベツ	れんこん なめこ だいこん ねぎ キャベツ	★こめ さとう	
	4水	ナン カレー ★黒東小リクエスト献立★ コーヒーぎゅうにゅう とりのからげ ひじきのいために やきプリンタルト	★だいたい たまご とりにく ぶたにく うすあげ	コーヒー ぎゅうにゅう	にんじん	だいこん たまねぎ しょうが にんにく	ナン じゃがいも こめこ でんぶん さとう	こめあぶら カレールウ
	5木	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものちゅうかに きざみあえ ぶたにくのしょうがやき ヨーグルト	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん さやいんげん	しょうが だいこん たまねぎ もやし きゅうり	★こめ じゃがいも こんにやく でんぶん さとう	ごまあぶら
	6金	ごはん ぎゅうにゅう はるさめスープ さけのムニエル コールスローサラダ	とりにく さけ	ぎゅうにゅう	にんじん	はくさい えのき ねぎ きゅうり キャベツ ホールコーン	★こめ はるさめ こむぎこ	バター
	9月	ごはん ぎゅうにゅう おやこに あかうおのしおやき すのもの オレンジゼリー	とりにく たまご こうやどうふ あかうお	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん グリーンピース	たまねぎ もやし きゅうり オレンジ	★こめ じゃがいも さとう	
10火	～New膳の日～ ごはん ぎゅうにゅう しろねぎのとうにゅうスープ とりにくとだいたいのあまみそがらめ ごまドレサラダ	ウインナー ★みそ ★だいたい とりにく とうにゅう	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	ねぎ はくさい しょうが だいこん きゅうり	★こめ さとう じゃがいも こめこ でんぶん	こめあぶら ごま	
A	11水	わかめごはん ぎゅうにゅう わかめスープ とりのからあげ ポテトサラダ ガトーショコラ	もめんどうふ とりにく だいたい	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	しょうが しめじ もやし きゅうり	★こめ こめこ じゃがいも さとう	こめあぶら たまごなし マヨネーズ
	12木	ごはん ぎゅうにゅう あつあげとコーンのみそしる そえやさい ハンバーグ きのこソースかけ いちご	あつあげ ★みそ ぎゅうにゅう ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん ブロッコリー	たまねぎ とうもろこし しめじ しいたけ キャベツ いちご	★こめ パンこ でんぶん さとう	こめあぶら マーガリン
	13金	🌸🌸 卒業お祝い献立 🌸🌸 せきはん ぎゅうにゅう はるのすましじる とんかつ カラフルおひたし おいわいデザート	あずき もめんどうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん みつば こまつな	だいこん えのき キャベツ いちご とうもろこし	★こめ ★もちごめ こざいくふ こむぎこ パンこ さとう みずあめ	ごま こめあぶら
	16月	🎓 卒業式 (給食なし) 🎓						
B	17火	ごはん ぎゅうにゅう ポークビーンズ かんこくふうたまごやき かいそうサラダ	ぶたにく ★だいたい たまご とりにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん にら	たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし	★こめ じゃがいも さとう	こめあぶら ごまあぶら ごま
	18水	入善とみさん(富×3)の日 ごはん ぎゅうにゅう ごもくみそしる さばのごましょうゆやき チャプチェ	あつあげ ★みそ さば ぶたにく	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな	えのき はくさい たまねぎ	★こめ じゃがいも はるさめ さとう	ごまあぶら ごま
	19木	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかスープ すぶた ゆでやさい	とりにく もめんどうふ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな ピーマン ブロッコリー	だいこん ねぎ しょうが たまねぎ たけのこ キャベツ	★こめ でんぶん さとう	こめあぶら
	20金	🇯🇵🇯🇵 春分の日						
B	23月	ごはん ぎゅうにゅう えびとうふのうまに やきししゃも ゆかりあえ	えび もめんどうふ ししゃも	ぎゅうにゅう	にんじん あかしそ	しょうが にんにく たけのこ たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり	★こめ さとう でんぶん	こめあぶら ごまあぶら

※都合により献立を変更することがあります。

今月の地場産食材 (★印) : こめ (ふふふ) ・もちごめ・みそ・だいたい