

令和7年3月 学校給食献立表

北名古屋市給食センター

日 曜		献 立 名	体 内 で の 働 き						エネルギー (kcal) 小 中	
			〔赤〕 主に体をつくるもとになる食品		〔緑〕 主に体の調子を整えるもとになる食品		〔黄〕 主にエネルギーのもとになる食品			
			1 群	2 群	3 群	4 群	5 群	6 群		
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他野菜・きのこ・果物	穀類・いも類・さとう	油脂・種実類		
ひな祭り献立	3 月	ご は ん 牛 乳	ツナひじきごはん	まぐろ油漬け	[牛乳] ひじき	にんじん	えだまめ とうもろこし	[ごはん] さとう		594 779
			花型豆腐ハンバーグ	鶏肉 豆腐 おから		にんじん	たまねぎ	さとう でんぷん		
			吉野汁	鶏肉 型抜きかまぼこ 油揚げ			だいこん ねぎ	じゃがいも でんぷん		
			ひなあられ					ひなあられ		
ベルギー献立	4 火	ご は ん 牛 乳	いわししょうが煮	いわし	[牛乳]		しょうが	[ごはん]		561 717
			ごま酢あえ	ハム		にんじん	キャベツ きゅうり	さとう	ごま ごま油	
			ご汁	大豆 豆腐 豆みそ 米みそ			だいこん ごぼう ねぎ えのきたけ			
	5 水	ロールパン 牛 乳	鶏肉のクリーム煮	鶏肉	[牛乳] 牛乳	かぼちゃ にんじん パセリ	たまねぎ はくさい セロリ ローリエ	[ロールパン]	ベシマルソース バター 生クリーム	697 890
			じゃがいもとベーコンの温野菜サラダ	ベーコン		さやいんげん	たまねぎ	じゃがいも	なたね油	
	6 木	赤 飯 牛 乳	鶏肉のから揚げ	鶏肉	[牛乳]		しょうが にんにく	[赤飯] でんぷん	なたね油	587 755
			ゆかりあえ			ゆかり粉	キャベツ もやし きゅうり			
			沢煮わん	豚肉		にんじん	だいこん ごぼう たけのこ ねぎ 干しいたけ			
	7 金	ご は ん 牛 乳	愛知の野菜入り春巻き	鶏肉	[牛乳]	にんじん	キャベツ れんこん	[ごはん] 小麦粉	なたね油	(小) 600
			三色ナムル			チンゲンサイ にんじん	もやし		ごま油	
			ニラたまスープ	たまご 豆腐 豚肉		ニラ	たまねぎ 干しいたけ	でんぷん		
	10 月	麦ごはん 牛 乳	ハヤシライス	豚肉	[牛乳]	にんじん	たまねぎ グリンピース にんにく マッシュルーム	[麦ごはん] じゃがいも さとう	ハヤシルウ デミグラスソース	621 786
			コーンサラダ				キャベツ とうもろこし きゅうり		コーンクリームドレッシング	
			チーズ		チーズ					
	11 火	わかめごはん 牛 乳	さば塩こうじ焼き	さば	[牛乳]			[わかめごはん]		552 703
			おひたし			ほうれんそう	キャベツ もやし	さとう		
			焼きふのすまし汁	豆腐 かまぼこ		にんじん	たまねぎ ねぎ えのきたけ	焼きふ		
	12 水	ご は ん 牛 乳	大豆と小魚の甘からめ	大豆	[牛乳] かたくいわし			[ごはん] でんぷん さとう	なたね油	625 800
			豚汁	豚肉 豆腐 油揚げ 豆みそ		にんじん	だいこん ごぼう ねぎ こんにゃく	さといも		
			オレンジ				オレンジ			
	13 木	ご は ん 牛 乳	マーボー豆腐	豚肉 豆腐 豆みそ	[牛乳]	にんじん	たまねぎ ねぎ しょうが にんにく 干しいたけ	[ごはん] でんぷん さとう	ごま油	619 800
			春雨サラダ	たまご ハム			きゅうり とうもろこし	はるさめ さとう	ごま油	
お楽しみ給食	14 金	サンドイッチ パンズパン 牛 乳	ハンバーグ	鶏肉 大豆粉 豚肉	[牛乳]		たまねぎ	[サンドイッチパンズパン] でんぷん	ラード	615 746
			ケチャップ（小袋）							
			カラフルサラダ			赤ピーマン 黄ピーマン	キャベツ きゅうり とうもろこし		かんきつドレッシング	
		(小学校6年生) きなこ揚げパン 牛 乳	白菜とベーコンのスープ	ベーコン		にんじん パセリ	はくさい たまねぎ セロリ えのきたけ			
			フライドチキン（2個）	鶏肉	[牛乳]		にんにく	[きなこ揚げパン] でんぷん	なたね油	820
			カラフルサラダ			赤ピーマン 黄ピーマン	キャベツ きゅうり とうもろこし		かんきつドレッシング	
			白菜とベーコンのスープ	ベーコン		にんじん パセリ	はくさい たまねぎ セロリ えのきたけ			
			★米粉のりんごタルト(乳卵小麦なし)	豆乳			りんご缶	米粉 さとう		
	17 月	ご は ん 牛 乳	みそおでん	うずら卵 生揚げ はんぺん 豚肉 豆みそ	[牛乳] こんぶ		だいこん こんにゃく	[ごはん] さといも さとう		605 773
			なめたけあえ			ほうれんそう にんじん	キャベツ もやし なめたけ			
			コーヒーパウダー					コーヒーパウダー		
	18 火	うどん 牛 乳	カレーうどん	豚肉 油揚げ	[牛乳]	にんじん	たまねぎ ねぎ 干しいたけ	[うどん]	カレールウ	617 718
			ホタテ風味フライ（2個）	魚肉すり身				小麦粉 でんぷん	なたね油	
			おかかあえ	かつお節		こまつな	キャベツ もやし	さとう		
	19 水	ご は ん 牛 乳	愛知の野菜入り春巻き	鶏肉	[牛乳]	にんじん	キャベツ れんこん	[ごはん] 小麦粉	なたね油	(中) 762
			バンバンジーサラダ	ささみ油漬け			キャベツ きゅうり		バンバンジードレッシング	
			中華スープ	豆腐 豚肉		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ ねぎ とうもろこし 干しいたけ			
	21 金	米粉入りパン 牛 乳	ポークビーンズ	豚肉 大豆	[牛乳]	トマト にんじん	たまねぎ グリンピース	[米粉入りパン] じゃがいも でんぷん さとう		677 845
			ツナサラダ	まぐろ油漬け			キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	卵なしマヨネーズ	
			★いちごヨーグルト		ヨーグルト		いちご			

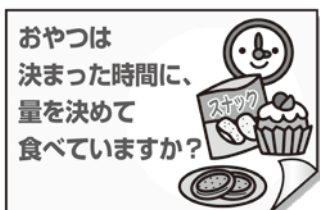
※献立内容は都合により変更する場合があります。 ※カレールウ、ハヤシルウ、ホワイトルウ、デミグラスソースは卵、小麦を使用していません。 ※加工品は主な原材料を表示しています。
★業者配送 ※ごはん・めん・牛乳・太字は北名古屋市産又は愛知県産農作物 ※小学校のエネルギーは、3・4年生の値です。 ※〔 〕 内に主食・飲用牛乳を表示しています。

きゅうしょく まな 給食から、どんなことを学びましたか？

卒業や進級など節目を迎える時期となりました。給食は、「心と体の栄養になるように」「おいしく安心して食べられるように」などの思いを込めて作っています。みなさんは、給食を食べながら、どんなことを感じ、学んだでしょうか？
今年度の給食もあと少しで終わりです。この一年を振り返るとともに、残りの日々も給食をしっかりと食べて、元気に学校生活を送ってください。



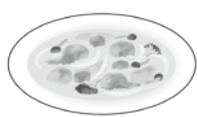
日ごろの食生活を振り返ろう！



世界の料理を紹介します 3月5日 ベルギー献立

●鶏肉のクリーム煮（ワートルゾーイ）

ワートルゾーイは、ベルギーで広く親しまれている家庭料理で、ワートルは「水」、ゾーイは「ゆでる」という意味です。生クリームと卵黄を加えることが特徴で、鶏肉だけでなく、魚介を使ったものもあります。給食では卵黄の代わりにかぼちゃを入れて色を付けます。



●じゃがいもとベーコンの温野菜サラダ（リエージュ風サラダ）

「リエージュ」とは、ベルギーの都市の名前です。リエージュ風サラダは、じゃがいも・いんげん・ベーコンの、ワインピネガーの酸味が効いた温かいサラダです。給食ではたまねぎ、いんげん、ベーコンを炒め、揚げたじゃがいもを加えて味付けして作ります。



3月14日 小学校6年生お楽しみ給食

小学校6年生のみなさん、もうすぐ卒業ですね。
お祝いの気持ちを込めて、お楽しみ給食を実施します。

毎月19日は「食育の日」～おうちでごはんの日～

献立表、食育だよりがご覧いただけます。
右の二次元コードをスマートフォン等で読み込むと、北名古屋市役所ホームページへと移動します。

今月の給食費・教材費 口座振替日は3月10日(月)

