



令和6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〕主に体をつくるものになる食品		〔緑〕主に体の調子を整えるものになる食品		〔黄〕主にエネルギーのものになる食品				
		1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他野菜・きのこ・果物	5群 穀類・いも類・さとう	6群 油脂・種実類			
ひな祭り献立	1 金	ごはん 牛乳	鮭ちらしずし 花型豆腐ハンバーグ 吉野汁 ひなあられ	鮭フレーク 鶏肉 豆腐 おから 鶏肉 油揚げ 型抜きかまぼこ	[牛乳]	にんじん にんじん にんじん	きゅうり たけのこ れんこん かんぴょう 干しいたけ たまねぎ だいこん ねぎ	[ごはん] さとう さとう でんぶん じゃがいも でんぶん ひなあられ	大豆油	579 759
お楽しみ給食	4 月	赤飯 牛乳	たら磯辺天ぷら 和風サラダ 沢煮わん	たら ささみ油漬 豚肉	[牛乳] あおさ	みずな にんじん にんじん	キャベツ だいこん ごぼう たけのこ ねぎ 干しいたけ	[赤飯] 小麦粉 でんぶん なたね油 和風ドレッシング	578 747	
	5 火	サンドイッチ ロールパン 牛乳	ウインナー ケチャップ(小袋) サワーキャベツ クリームスープ	ウインナー	[牛乳]		キャベツ きゅうり レモン はくさい たまねぎ マッシュルーム	[サンドイッチ・ロールパン] さとう じゃがいも ホワイトルウ 生クリーム	666 836	
お楽しみ給食	(中学校3年生)	きなこ揚げパン 牛乳	フライドチキン2個 サワーキャベツ クリームスープ ★お祝いケーキ(乳・卵・小麦不使用)	鶏肉 鶏肉 鶏肉	[牛乳] 牛乳	にんにく にんじん パセリ	にんにく キャベツ きゅうり レモン はくさい たまねぎ マッシュルーム	[きなこ揚げパン] でんぶん さとう じゃがいも さとう 米粉 いちごジャム	なたね油 ホワイトルウ 生クリーム	854
	6 水	ごはん 牛乳	塩レモン肉じゃが 合わせみそ汁 はるか(果物)	豚肉 豆腐 油揚げ 豆みそ 米みそ	[牛乳]	にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく レモン だいこん はくさい ねぎ えのきたけ はるか	[ごはん] じゃがいも さとう	578 735	
お楽しみ給食	7 木	ごはん 牛乳	愛知の野菜入り春巻き 切干大根のナムル にらたまスープ	鶏肉 まぐろ油漬 たまご 豆腐	[牛乳]	にんじん こまつな にんじん にら	キャベツ れんこん 切干大根 きゅうり たまねぎ 干しいたけ	[ごはん] 小麦粉 さとう でんぶん	ごま油 大豆油 なたね油 ごま油	602 761
	8 金	ごはん 牛乳	納豆 カレーきんぴら さつまいもと白みその豚汁	納豆 鶏肉 ちくわ 豚肉 油揚げ 米みそ	[牛乳]	にんじん さやいんげん にんじん	ごぼう だいこん たまねぎ ねぎ こんにゃく	[ごはん] 小麦粉 さとう さつまいも	610 783	
愛知献立	11 月	ロールパン 牛乳	ミニオムレツ ポークビーンズ いちごジャム入りヨーグルトあえ	たまご 豚肉 大豆 ヨーグルト	[牛乳]	にんじん トマト にんじん	たまねぎ グリンピース パイン缶 みかん缶 もも缶	[ロールパン] でんぶん じゃがいも さとう でんぶん いちごジャム	大豆油	658 845
	12 火	ごはん 牛乳	えびフリッター(小2中3) おにぎりのり(小袋) 切干大根とツナのごまあえ 八丁みその赤だし	えび 大豆たんぱく のり まぐろ油漬 豆腐 油揚げ 豆みそ	[牛乳]	にんじん みつば	たまねぎ きゅうり もやし だいこん はくさい えのきたけ	[ごはん] 小麦粉 でんぶん さとう ごま	なたね油	610 799
お楽しみ給食	13 水	麦ごはん 牛乳	マーボー豆腐 春雨サラダ コーヒーパウダー	豆腐 豚ひき肉 豆みそ たまご ハム	[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 きゅうり とうもろこし	[麦ごはん] さとう でんぶん はるさめ さとう コーヒーパウダー	ごま油 ごま油	640 818
	14 木	わかめごはん 牛乳	さわら照り焼き 菜花のおかかあえ 焼きふのすまし汁	さわら かつお節 豆腐 かまぼこ	[牛乳]	なばな にんじん にんじん	キャベツ もやし たまねぎ ねぎ えのきたけ	[わかめごはん] さとう でんぶん さとう 焼きふ	568 721	
お楽しみ給食	15 金	中華めん 牛乳	塩ラーメン 鶏肉のから揚げ 中華きゅうり	豚肉 なんと 鶏肉	[牛乳]	にんじん にんじん	キャベツ もやし たまねぎ たけのこ ねぎ にんにく しょうが にんにく きゅうり	[中華めん] でんぶん さとう	なたね油 ごま油	642 789
	18 月	サンドイッチ パンズパン 牛乳	ハンバーグ ケチャップ(小袋) カラフルサラダ 白菜とベーコンのスープ	鶏肉 豚肉 大豆たんぱく ベーコン	[牛乳]	にんじん にんじん パセリ	たまねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン キャベツ きゅうり とうもろこし はくさい たまねぎ セロリ えのきたけ	[サンドイッチ・パンズパン] コールスロードレッシング	ラード	679 813
お楽しみ給食	(小学校6年生)	きなこ揚げパン 牛乳	フライドチキン2個 カラフルサラダ 白菜とベーコンのスープ ★お祝いケーキ(乳・卵・小麦不使用)	鶏肉 ベーコン 豆乳	[牛乳]	にんにく にんじん パセリ	にんにく キャベツ きゅうり とうもろこし はくさい たまねぎ セロリ えのきたけ	[きなこ揚げパン] でんぶん さとう 米粉 いちごジャム	なたね油 コールスロードレッシング	797
	19 火	ごはん 牛乳	いわし生姜煮 塩レモン肉じゃが ゆかりあえ チーズ	いわし 豚肉 ゆかり粉 チーズ	[牛乳]	にんじん さやいんげん ゆかり粉	しょうが たまねぎ こんにゃく レモン キャベツ きゅうり もやし	[ごはん] さとう じゃがいも さとう	617 769	
お楽しみ給食	21 木	麦ごはん 牛乳	カレーライス ツナサラダ 福神漬 ★セレクト(シュークリーム) ★セレクト(みかんジュレ)	豚肉 まぐろ油漬 たまご 大豆たんぱく	[牛乳]	にんじん	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり だいこん なた豆 うり なす れんこん きゅうり しょうが	[麦ごはん] じゃがいも 小麦粉 みかんゼリー	カレールウ デミグラスソース フレンチドレッシング クリーム	695 874

※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。



3月3日(日)は「ひな祭り」。女の子の健やかな成長を願ってお祝いをする日本の伝統行事です。現在のように、ひな人形を飾るようになったのは江戸時代のことと、もとは人形を身代わりにして邪気を払う「流しひな」が起源とされます。行事食として、ちらしずし、はまぐりのお吸い物、ひしもち、ひなあられなど、華やかな食べ物が並びます。

給食では、3月1日(金)にひな祭り献立を提供します。鮭フレークを入れた桃色のちらしずしと花形の豆腐ハンバーグ、ひなあられが出ます。お楽しみに！



3月5日(火) 中学校3年生
3月18日(月) 小学校6年生
お楽しみ給食

中学校3年生、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。

3月21日(木)
セレクト給食

デザートにシュークリームか、みかんジュレで選びます。みなさんはどちらにしましたか？

今月の郷土料理 3月12日(火)「愛知献立」

●天むす

天むすとは、えびの天ぷらを具にした一口大のおにぎりで、名古屋飯の一つです。給食では、のりの上にごはんをのせ、その上にえびフリッターをのせてオリジナルの天むすにして食べます。



●切干大根とツナのごまあえ

「切干大根」は、昔から愛知県尾張北部地方で作られてきた加工品です。冬、収穫された大根を細長く切り、伊吹山から吹き下ろす冷たく乾いた風「伊吹おろし」に当てて乾燥させて作ります。シャキシャキと食感の良い切干大根に、ツナとごまを入れたあえ物にいただきます。



●八丁みその赤だし

「八丁みそ」は愛知県を代表する調味料です。蒸した大豆をつぶして丸め、豆こうじをつけた「みそ玉」を塩とともに3年間熟成させます。給食では、同じく大豆から作られる豆腐・油揚げと野菜を入れたおみそ汁にします。



今月の給食費・教材費 口座振替日は 3月11日(月)

毎月19日は「食育の日」～おうちでごはんの日～