



3 月 学 校 給 食 献 立 予 定 表

令和7年度
泉が丘小学校



日 ち	こんだてめい 献立名		おもな ざいりょう			キロカロ リー たん白質 (g)	脂質 (a) 塩分 (g)	
	しゅしよく 主 食	ぎゅうにゅう 牛 乳	しゅさい ふくさい しよの 主 菜 ・ 副 菜 ・ 汁 物 等	おもにエネルギーになる	おもにからだ をつくる			おもにからだの調子を整える
<div style="text-align: center;"> ねん くみ 6年3組 テーマ 栄養満点！完食給食 </div>								
2月			はるまき やさいのちゅうかあえ どさんこじる みかんゼリー	こめ あぶら むぎ ごまあぶら じゃがいも バター さとう ゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ みそ	こまつな にんじん にんにく きゅうり もやし とうもろこし ねぎ	730 20.3	25.5 2.2
3月			にくしゅうまい からしあえ すましじる ひなあられ	こめ あぶら むぎ こむぎこ さとう はなふ ひなあられ こんにゃく	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	にんじん かんぴょう こまつな えだまめ ごぼう ほうれんそう キャベツ たまねぎ	661 26.4	15.6 2.5
<div style="text-align: center;"> ねん くみ 6年2組 テーマ おいしさ満点！泉っ子給食 </div>								
4月			ぶたにくのみそづけやき ゆでやさい コンソメスープ いちごヨーグルト	こめ あぶら むぎ じゃがいも さとう じゅがいも かたくりこ	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ みそ ヨーグルト ウィンナー	にんじん カリフラワー ブロッコリー しょうが パセリ キャベツ とうもろこし たまねぎ たらあじ	731 28.5	23.8 2.8
5月			セルフチーズハンバーガー レタス トマトとかぶのやさいスープ	パン あぶら さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ とりにく ベーコン	トマト レタス たまねぎ にんじん かぶのは もやし かぶ キャベツ	649 28.2	26.3 3.0
6月			ししゃもフライ ゆでやさい じゃがいもとやさいのうまに	こめ あぶら むぎ パンこ ごまあぶら じゃがいも ごま さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく ししゃも	こまつな もやし にんじん キャベツ ごぼう たまねぎ しょうが しめじ	718 24.4	22.9 1.8
9月			ぶたにくとやさいのみそいため パンサンスウ かたぬきチーズ	こめ あぶら むぎ じゃがいも かたくりこ さとう はるさめ	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ あかみそ	ピーマン キャベツ にんじん ねぎ もやし しめじ にんにく	661 24.6	22.1 1.7
10月			とりにくのからあげ おひたし ぶたにくと切干大根のいためもの	こめ ごま むぎ あぶら かたくりこ さとう	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく	こまつな キャベツ にんじん にんにく いんげん きりぼしだいこん しょうが	644 26.7	19.3 1.5
11月			あげざかなとだいこんのもの おつかあえ おさかなふりかけ	こめ ごま むぎ あぶら さとう こんにゃく かたくりこ	ぎゅうにゅう モロ けずりぶし	こまつな キャベツ にんじん だいこん えだまめ	604 25.6	15.4 1.7
12月			やきそば ちゅうかふうサラダ フルーツあんぱんプリン	パン ごま ちゅうかめん ごまあぶら はるさめ あぶら さとう プリン	ぶたにく いか ぎゅうにゅう とうにゅう	キャベツ たまねぎ にんじん きゅうり もやし こまつな もも あんず	664 25.8	20.3 3.1
13月			チキンカレー ゆでやさい ミニだいふくアイス	こめ あぶら むぎ じゃがいも はちみつ アイス	ぎゅうにゅう とりにく ミニフィッシュ	ブロッコリー キャベツ にんじん にんにく とうもろこし グリーンピース たまねぎ	675 21.1	15.6 1.5
16月			セルフおやこどん まろやかみそじる いよかんゼリー	こめ あぶら むぎ こんにゃく さとう いよかんゼリー	ぎゅうにゅう たまご とりにく なまあげ とうにゅう みそ	にんじん だけのこ こまつな グリンピース ごぼう だいこん たまねぎ	641 28.1	15.4 2.0
17月			ぎょうざ ゆでやさい トマトマーボー豆腐どん	こめ あぶら むぎ ざらめ ごまあぶら かたくりこ はるさめ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ	にんじん たまねぎ にら もやし だけのこ キャベツ トマト ねぎ だけのこ	652 23.8	18.7 1.9
18月			トンカツ いそべあえ こうはくすましじる おいおいデザート	もちこめ あぶら こめ パンこ ごま いちごケーキ ささげ	ぎゅうにゅう とんかつ のり なまあげ はんぺん	こまつな キャベツ にんじん	768 27.9	28.0 2.6
19月	<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> そつぎょうしき 卒 業 式 </div>							
23月			プルコギふういため こまつなとうふのスープ	こめ あぶら むぎ ごまあぶら さとう かたくりこ かたくりこ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく わかめ とうふ	にんじん しょうが こまつな にんにく にら はくさい たまねぎ	613 23.7	18.6 1.6
24月			やきとりふうあえもの こんさいのみそじる いちごゼリー	こめ あぶら むぎ こんにゃく さとう ゼリー	ぎゅうにゅう とりにく なまあげ ぶたにく みそ	こまつな ねぎ にんじん だいこん しょうが ごぼう	668 28.9	15.5 2.4

こんだてつごう 献立は都合により変更することがあります。



3月の献立について

2月から6年生の各クラスのリクエスト給食を実施しています。

今月も2日(月)と4日(水)に、6年3組と2組のリクエスト給食を実施します。また、6年生は3月は13回の給食で卒業です。

一生の食事のうち、小学校の給食はわずか1パーセントくらいです。そう思うと、1回1回がとても貴重に感じますね。

かけがえのない6年間の給食を思い出して、今後の食生活に生かせるようにしてください。

学校のホームページには、毎日の給食の写真とコメントを掲載しています。小学校の思い出の一部としても、ぜひ閲覧してみてください。



小学校中学年一人一回あたりの学校給食摂取基準 エネルギー650kcal たんぱく質21.1~32.5g 脂質14.4~21.7g 塩分2g以下
3月一人一回あたりの学校給食摂取基準 エネルギー673kcal たんぱく質25.7g 脂質20.4g 塩分2.1g