



令和6年度 3月中学校給食予定献立表

三島市立錦田中学校給食共同調理場

日	献立名	主に体の組織をつくる食品群		主に体の調子を整える食品群		主にエネルギーになる食品群		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
3 (月)	麦ご飯					精白米・麦		740kcal 32.8g
	牛乳		牛乳					
	鮭のからしマヨネーズ焼き	さけ				パン粉	マヨネーズ (卵不使用)	
	グリーンサラダ			ほうれん草	キャベツ・きゅうり とうもろこし	砂糖	ごま・植物油	
	ポテトスープ	ベーコン		人参・チンゲン菜	玉葱	じゃが芋	植物油	
	ヨーグルト		ヨーグルト・脱脂粉乳 クリーム・寒天			練乳		
4 (火)	公立入試応援献立							701kcal 24.7g
	菜めし(麦)			広島菜・京菜 大根菜		精白米・麦		
	牛乳		牛乳					
	ハムカツ(公勝つ!)	鶏肉・大豆粉				じゃが芋・米粉・でん粉	植物油	
	わかめとツナのサラダ	かつお油漬け	わかめ	人参	キャベツ・きゅうり とうもろこし	砂糖	ごま・ごま油	
	豚汁	豆腐・豚肉 みそ	合格祈願	人参	大根・ごぼう 根深ねぎ	じゃが芋・こんにゃく	植物油	
	いよかん(良い予感)				いよかん			
6 (木)	麦ご飯					精白米・麦		710kcal 24.6g
	牛乳		牛乳					
	ししゃもフリッター	おきあみ	ししゃも・あおさ			小麦粉・でん粉・砂糖 米粉	植物油	
	ピーズサラダ	大豆			きゅうり・キャベツ とうもろこし・枝豆	砂糖	ごま油	
	具だくさん汁	みそ・油揚げ		人参	玉葱・白菜・根深ねぎ	じゃが芋		
	浜名湖のり佃煮		のり			砂糖・水あめ・でん粉		
7 (金)	麦ご飯					精白米・麦		855kcal 31.0g
	牛乳		牛乳					
	チンジャオロース	豚肉		ピーマン	筍・にんにく・生姜	じゃが芋・砂糖	植物油 ごま油	
	豆腐とチンゲン菜のスープ	豆腐・ベーコン		チンゲン菜・人参	玉葱・えのき茸		植物油	
10 (月)	キャロットケーキ	鶏卵		人参		小麦粉・砂糖	植物油 アーモンド	706kcal 27.5g
	麦ご飯					精白米・麦		
	牛乳		牛乳					
	タラの竜田揚げ	タラ				でん粉・コーンスターチ	植物油	
	ヤンニョムソースかけ				にんにく	はちみつ	ごま油	
	じゃが芋の中華サラダ			人参	きゅうり・とうもろこし	じゃが芋・砂糖	ごま・ごま油	
11 (火)	ワンタンスープ	鶏肉	わかめ	人参	もやし・キャベツ・玉葱	ワンタンの皮	ごま油	775kcal 31.6g
	ロールパン(背割り)		脱脂粉乳			小麦粉・砂糖	ショートニング	
	牛乳		牛乳					
	焼きそば	豚肉・鶏卵・鶏肉・ホタテエキス	人参	キャベツ	小麦粉	植物油		
	中華風白菜のクリームスープ	鶏肉・ベーコン 白花豆	人参	人参	白菜・玉葱・エリンギ 生姜	でん粉	ごま油 植物油	
	アーモンドフィッシュ		かたくちいわし			砂糖	アーモンド・ごま	
12 (水)	麦ご飯					精白米・麦		727kcal 29.1g
	牛乳		牛乳					
	ポテトの玉子焼き	鶏卵・豚肉 ウィンナー		人参	玉葱	じゃが芋・砂糖	植物油	
	玉子焼きソース					砂糖		
	ごま和え			ほうれん草・人参	キャベツ	砂糖	ごま	
13 (木)	たらこのつみれ汁	豆腐・たら		人参	大根・根深ねぎ	砂糖・でん粉		729kcal 23.2g
	麦ご飯					精白米・麦		
	牛乳		牛乳					
	ポークカレー	豚肉・みそ		人参	玉葱・にんにく 生姜	じゃが芋・カレールウ	植物油	
	福神漬			なた豆・しそ	大根・なす・きゅうり 蓮根・生姜・うり・椎茸	砂糖		
14 (金)	ツナサラダ	かつお油漬け		人参	キャベツ・きゅうり・レタス	砂糖	ごま	779kcal 34.6g
	中華めん					小麦粉		
	牛乳		牛乳					
	ちゃんぽん	豚肉・えび・いか かまぼこ・豆乳		人参	玉葱・キャベツ・もやし 根深ねぎ・椎茸	でん粉	植物油	
	焼き餃子	豚肉		ニラ	にんにく・生姜 キャベツ・玉葱・生姜	小麦粉・でん粉・砂糖	植物油	
17 (月)	ポテトとインゲン豆ののり塩	白いんげん豆	青のり			じゃが芋・でん粉	植物油	743kcal 31.8g
	麦ご飯					精白米・麦		
	牛乳		牛乳					
	鶏の塩からあげ	鶏肉			にんにく・生姜	砂糖・でん粉	植物油	
	おひたし	かつお節		ほうれん草・人参	キャベツ			
	すまし汁	豆腐・かまぼこ	わかめ		えのき茸・根深ねぎ			
お祝いデザート	豆乳・大豆粉				いちごビュレ	砂糖・米粉・水あめ	植物油	

【お知らせ】※天候や食材の納入状況等により、献立・使用食材が変更になる場合があります。

【錦田中学校】

- 5日(水)は給食がありません。
- 6日(木)は1年生～3年生は給食がありません。5組のみ実施します。
- 12日(水)は3年生は給食がありません。
- 14日(金)は3年生は給食がありません。

【山田中学校】

- 5日(水)は給食がありません。
- 6日(木)は3年生は給食がありません。
- 12日(水)は3年生は給食がありません。
- 14日(金)は3年生は給食がありません。

【今月の学校給食で使用している地場野菜】

白菜・・・三ツ谷新田地区の高橋さん
大根・ほうれん草・・・小沢地区の山田さん
エリンギ・・・川原ヶ谷地区の橋内さん
キャベツ・・・山田地区の杉山さん

