

3がっ よていこんだてひょう

高浜町教育委員会

内浦小6年考案献立

<p>2日(月)</p> <p>はるさめのすのもの ぶたキムチ</p> <p>むぎごはん トマトのちゅうかスープ</p>	<p>3日(火)</p> <p>おいわいケーキ だいこんサラダ</p> <p>ちらしずし ほうとうふううどんじる</p>	<p>4日(水)</p> <p>ツナのうちうらレモンサラダ とりにくのこうみやき</p> <p>むぎごはん だいこんとあつあげのみそじる</p>	<p>5日(木)</p> <p>フルーツしらたま はまちフライ</p> <p>ごはん こしのルビーのわふうミネストローネ</p>	<p>6日(金)</p> <p>ブロッコリーのごまドレあえ ギョウザ</p> <p>うめツナマヨごはん さつまいものみそじる</p>
<p>9日(月)</p> <p>ぎゅうどん</p> <p>むぎごはん コロコロだいこんスープ</p>	<p>10日(火)</p> <p>和田小6年考案献立</p> <p>ごはん ごまツナやさい こめこのビーフカレー</p>	<p>11日(水)</p> <p>餓たっぶり給食の日</p> <p>ほうれんそうのごまあえ ぎゅうにくのきんぴら</p> <p>そばろごはん けんちんじる</p>	<p>12日(木)</p> <p>和田小6年考案献立</p> <p>ケチャップライス ポテトサラダ</p> <p>ごはん マカロニスープ</p>	<p>13日(金)</p> <p>歯(は)のツッピ給食の日</p> <p>あまからじゃこ きりぼしとこまつなのごまあえ</p> <p>むぎごはん ポークビーンズ</p>
<p>16日(月)</p> <p>こまつなのあえもの カレイのたつたあげ</p> <p>むぎごはん うちまめじる</p>	<p>17日(火)</p> <p>ビーフのちゅうかあえ ヤンニョムチキン</p> <p>ごはん みそワタンスープ</p>	<p>18日(水)</p> <p>たかはまさんミニトマト ぶたにくとたまねぎあまからいため</p> <p>むぎごはん ならたまスープ</p>	<p>19日(木)</p> <p>てづくりひじきふりかけ だいこんとこまつなのおかかあえ</p> <p>ごはん わかさのにく豆腐</p>	<p>20日(金)</p> <p>しゅんぶんのひ</p>
<p>23日(月)</p> <p>ヨーグルト さつまいもサラダ カレーピラフ</p> <p>とうにゅういりコーンクリームスープ</p>	<p>おかつ 押し活!たかはまのうまいもん!</p> <p>リッチゴ</p> <p>3/12(木)全小学校</p> <p>高浜町鎌倉のパピフルーツパークさんのおいしいいちご「リッチゴ」で</p> <p>ありがとうございます</p> <p>“ ”</p> <p>今月の地場産食材(福井県産)</p> <p>米 麦 打ち豆 はまち さわら カレイ 梅干し しいたけ 大根 さつまいも ねぎ ミニトマト 名田庄漬 リッチゴ</p>			

※高浜町学校給食センターでは、X(旧Twitter)に毎日の給食写真や食物アレルギー対応食写真を投稿しています。

※給食に関するお問い合わせは、給食センターでも承っております。



QRコード

令和8年 3月献立材料表①

高浜町教育委員会

	献立名	赤	黄	緑	総量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量
		おもに体をつくる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体の調子を整える食品	
2月	麦ごはん		米 麦		530kcal 23.8g 13.0g 84.2g 2.2g
	豚キムチ	豚肉	米油 さとう ごま	白菜 キムチ にら にんにく	
	春雨の酢の物	チキンハム(乳卵なし)	春雨 さとう	きゅうり	
	トマトの中華スープ	豆腐		トマト たまねぎ 小松菜 しいたけ	
	牛乳	牛乳			
3火	ちらし寿司	スクランブルエッグ 高野豆腐 ひじき	米 さとう	にんじん しいたけ	655kca 25.6g 22.7g 94.5g 2.1g
	大根サラダ	チキンハム(乳卵なし)	ノンエッグマヨネーズ ごま	大根 水菜	
	ほうとう風うどん汁	かまぼこ 油揚げ みそ	お米うどん	かぼちゃ にんじん 大根 ほうれん草	
	お祝いいちごケーキ (代替:お米deお祝いケーキ)	乳 卵 クリーム	さとう 小麦粉 水あめ	いちごピューレ いちご果汁	
		豆乳 大豆粉	さとう 米粉 水あめ 植物油 加工デンプン	いちごピューレ いちご果汁	
	牛乳	牛乳			
4水	麦ごはん		米 麦		634kcal 25.8g 21.1g 89.7g 1.9g
	鶏肉の香味焼き	鶏肉	片栗粉	にんにく しょうが	
	ツナの内浦レモンサラダ	ツナフレーク	さとう ごま	キャベツ きゅうり にんじん コーン 内浦レモン果汁	
	大根と厚揚げのみそ汁	厚揚げ みそ		大根 にんじん さつまいも ねぎ	
	牛乳	牛乳			
5木	ごはん		米		662kcal 25.7g 26.3g 93.8g 1.2g
	はまちフライ	はまち	小麦粉 パン粉 米油		
	フルーツ白玉		白玉団子 さとう	黄桃 みかん	
	越のルビーの和風ミネストローネ	ベーコン 大豆	じゃがいも オリーブ油 さとう	トマト たまねぎ にんじん キャベツ にんにく	
	牛乳	牛乳			
6金	梅ツナマヨごはん	ツナフレーク	米 麦 ノンエッグ マヨネーズ	ゆかり	683kcal 21.1g 20.7g 107.6g 2.2g
	魚ウザ	さわら	ぎょうざの皮 さとう ごま油	たまねぎ キャベツ しょうが	
	ブロッコリーのごまドレあえ	ちりめんじゃこ	米油 さとう ごま	キャベツ れんこん ブロッコリー コーン	
	さつまいものみそ汁	カットわかめ みそ	さつまいも	たまねぎ 大根 にんじん ねぎ	
	クレープ	豆乳 大豆粉	さとう 植物油脂 米粉 水あめ		
	牛乳	牛乳			
9月	麦ごはん		米 麦		609kcal 22.6g 19.9g 91.4g 1.9g
	牛丼の具	牛肉	米油 さとう	たまねぎ	
	野菜チップス		じゃがいも さつまいも 米油	れんこん	
	コロコロ大根スープ	チキンハム(乳卵なし)		大根 にんじん キャベツ パセリ	
	牛乳	牛乳			
10火	米粉のビーフカレー				634kcal 23.9g 20.1g 97.5g 2.3g
	ごはん		米		
	カレールウ	牛肉 豆乳	じゃがいも マーガリン(乳なし) 米粉	人参 玉ねぎ しょうが にんにく りんごビュレ 鶏の皮 ビュレ	
	ごまツナ野菜	ツナフレーク	ごま さとう	小松菜 もやし にんじん	
	牛乳	牛乳			
11水	そばろごはん	鶏肉	米 麦 米油 さとう	たまねぎ 枝豆	642kcal 29.4g 21.3g 90.7g 2.4g
	牛肉のきんぴら	牛肉	米油 さとう ごま	ごぼう にんじん インゲン	
	ほうれん草のごまあえ		さとう ごま	キャベツ ほうれん草	
	けんちん汁	厚揚げ	さといも ごま油 こんにゃく	大根 にんじん ねぎ	
	牛乳	牛乳			
12木	ケチャップライス	鶏肉	米 麦 マーガリン(乳なし) 米油 オリーブ油	たまねぎ コーン	581kcal 19.7g 18.2g 139.8g 2.7g
	ポテトサラダ	チキンハム(乳卵なし)	じゃがいも ノンエッグ マヨネーズ	きゅうり にんじん	
	マカロニスープ	ベーコン	マカロニ	キャベツ たまねぎ にんじん 小松菜	
	リッチゴ			いちご	
	牛乳	牛乳			
13金	麦ごはん		米 麦		590kcal 26.6g 15.5g 101.2g 1.5g
	ポークビーンズ	豚肉 大豆	じゃがいも 米油 マーガリン(乳なし) 米粉	にんじん たまねぎ にんにく トマトピューレ	
	切干と小松菜のごまあえ	ツナフレーク	ごま さとう	切干大根 小松菜	
	甘辛じゃこ	にぼし	さとう		
	牛乳	牛乳			

令和8年 3月献立材料表②

高浜町教育委員会

	献立名	赤	黄	緑	熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量
		おもに体をつくる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体の調子を整える食品	
16 月	麦ごはん		米 麦		600kcal 26.4g 18.1g 87.5g 1.8g
	カレイの竜田揚げ	カレイ	米油 片栗粉 米粉	しょうが にんにく	
	こまつなのあえもの	ツナフレーク	さとう	小松菜 もやし	
	打ち豆汁	打ち豆 豆腐 みそ	さつまいも	大根 にんじん ねぎ	
	牛乳	牛乳			
17 火	ごはん		米		662kcal 29.0g 20.4g 101.1g 2.1g
	ヤンニョムチキン	鶏肉	片栗粉 米油 さとう	ねぎ しょうが	
	ビーフンの中華あえ	チキンハム(乳卵なし)	ビーフン さとう ごま油	キャベツ 小松菜	
	みそワントンスープ	豚肉 みそ	ワントンの皮	にんじん もやし チンゲン菜 たまねぎ しいたけ	
	牛乳	牛乳			
18 水	麦ごはん		米 麦		604kcal 26.1g 15.7g 92.1g 1.7g
	豚肉とたまねぎの甘辛炒め	豚肉	米油 さとう	にんじん たまねぎ ピーマン	
	高浜産ミニトマト			ミニトマト	
	にら玉スープ	ベーコン(乳卵なし) 卵 豆腐	片栗粉	にら たまねぎ にんじん	
	さつまいもクリーム大福 (代替:パナラクリーム大福)	白あん 豆乳加工品	おろし小麦胚芽粉 加工でんぷん さとう もち粉 加工でんぷん		
	牛乳	牛乳			
19 木	ごはん		米		644kcal 28.3g 19.1g 104.4g 1.5g
	若狭の肉豆腐	若狭牛 豆腐	さとう こんにやく	たまねぎ ねぎ しいたけ	
	大根と小松菜のおかかあえ	かつお節	さとう ごま	大根 小松菜	
	手作りひじきふりかけ	ひじき ツナフレーク	ごま	しょうが	
	牛乳	牛乳			
23 月	カレーピラフ	豚肉	米 麦 マーガリン(乳なし) 米油	たまねぎ にんじん ピーマン	671kcal 23.7g 22.0g 109.0g 2.2g
	さつまいもサラダ	チキンハム(乳卵なし)	さつまいも ノンエッグ マヨネーズ	キャベツ	
	豆乳入りコーンクリームスープ	ベーコン(乳卵なし) 豆乳	米粉 マーガリン(乳なし)	白菜 にんじん しめじ コーン	
	ヨーグルト	生乳	さとう		
	(代替:水ようかん)	寒天	あずき 黒さとう さとう		
	牛乳	牛乳			