

3月 予定献立表

高浜町教育委員会

2日(月)		3日(火)		4日(水)		5日(木)		6日(金) <small>内浦小6年考案献立</small>	
春雨の酢の物 豚キムチ 麦ごはん トマトの中華スープ		お祝いケーキ 大根サラダ ちらし寿司 ほうとう風うどん汁		ツナの内浦レモンサラダ 鶏肉の香味焼き 麦ごはん 大根と厚揚げのみそ汁		フルーツ白玉 はまちフライ ごはん 越のルビーの和風ミネストローネ		ブロッコリーのごまドレあえ 魚ウザ 梅ツナマヨごはん さつまいものみそ汁	
9日(月) <small>牛井</small>	10日(火) <small>和田小6年考案献立</small>	11日(水) <small>秋たっぶり給食の日</small>	12日(木) <small>和田小6年考案献立</small>	13日(金) <small>歯(は)のっぴー給食の日</small>					
野菜チップス 牛井の具 麦ごはん コロコロ大根スープ		高浜中 ごまツナ野菜 ごはん 米粉のビーフカレー		ほうれん草のごまあえ 牛肉のきんぴら そばろごはん けんちん汁		内浦中 ポテトサラダ ケチャップライス マカロニスープ		甘辛じゃこ 切干と小松菜のごまあえ 麦ごはん ポークビーンズ	
16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)					
こまつナのあえもの カレイの竜田揚げ 麦ごはん うち豆汁		高浜産 ミントマト 豚肉とたまねぎの甘辛炒め 麦ごはん にら玉スープ		手作りひじきふりかけ 大根と小松菜のおかかあえ ごはん 若狭の肉豆腐	春分の日				
23日(月)	おかつ 押し活!たかはまのうまいもん! リッチゴ 3/10(火)高浜中学校 3/12(木)内浦小中学校 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								
ヨーグルト さつまいもサラダ カレーピラフ 豆乳入りコーンクリームスープ						今月の地場産食材(福井県産) 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 ミントマト 名田庄漬 リッチゴ			

※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	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	
2月	麦ごはん		米 麦		653kcal 28.7g 14.7g 106.4g 2.8g
	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	792kca 27.2g 26.3g 117.9g 2.9g
	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	
	牛乳	豆乳 大豆粉	さとう 米粉 水あめ 植物油 加エデンプン	いちごピューレ いちご果汁	
4水	麦ごはん		米 麦		790kcal 32.0g 25.6g 113.4g 2.6g
	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		810kcal 30.2g 30.8g 117.8g 1.5g
	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	836kcal 26.0g 23.5g 135.0g 3.1g
	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		758kcal 27.1g 23.8g 115.9g 2.6g
	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				782kcal 28.6g 24.1g 122.6g 2.8g
	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 りんごピューレ 越のルビーピューレ	
	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	
	リッチゴ(高中のみ)			いちご	
	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	792kcal 36.1g 25.2g 115.2g 3.1g
	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	711kcal 23.5g 21.6g 178.5g 4.0g
	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(内浦中)			いちご	
	牛乳	牛乳			
13金	麦ごはん		米 麦		731kcal 32.5g 18.3g 128.6g 2.1g
	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		734kcal 29.7g 21.2g 111.1g 2.2g
	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	
	こまつナのあえもの	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		816kcal 35.6g 24.5g 127.4g 2.7g
	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	
	みそワタンスープ	豚肉 みそ	ワタンの皮	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		724kcal 31.4g 17.8g 112.6g 2.4g
	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:バニラクリーム大福)	白あん	おろし 焼きいも ベーコン 加工でんぷん もち粉 さとう		
	牛乳	牛乳	さとう もち粉 加工でんぷん		
19 木	ごはん		米		790kcal 34.8g 22.5g 131.6g 1.9g
	若狭の肉豆腐	若狭牛 豆腐	さとう こんにゃく	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	818kcal 27.6g 26.2g 135.0g 3.1g
	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			