

3月の給食の紹介

★行事食

- ・3月 3日月曜日:ひな祭り献立
- ★卒業お祝い/クエスト給食
- ・3月 4日火曜日:小学部
- ・3月 5日水曜日:中学部
- ・3月 6日木曜日:高等部

* 卒業学年みんなで考えました。
楽しみにしてくださいね。



給食の停止（欠食）について

長期の欠席が見込まれる際、保護者の方から要望があった場合、給食の停止をすることができます。

担任にご連絡ください。

★急な入院⇒5日後から対応いたします。（学校で欠食対応します。）

★5日以上連続した欠食（家事都合・訓練入院・ショートステイ等）⇒保護者からの申告が必要です。申告は前週の月曜日締切。

※学校行事については、学校で欠食対応をします。

※給食再開連絡は、前日までに必ずご連絡ください。

※場合によってはご希望に添えない場合もありますので、ご了承ください。

月間栄養量		※中高等部の基本食を基準としています。小学部は全体の約9割の栄養価です。
エネルギー（kcal）	698	
たんぱく質（g）	30.0	
脂質（g）	23.6	
塩分（g）	2.5	

2025年 3月 3日(月)	
献立名／食品名	g
【牛乳】	
★牛乳	1本
【★卵 ひなまつりちらしずし】	
水稻穀粒(精白米)	70
昆布だし	0.3
米酢	12.0
上白糖	4.5
食塩	0.3
米酢	4
★錦糸卵	12
鶏肉ひき肉(焼)	20
しょうが	1
ごぼう	10
ちりめんじゃこ	5
にんじん	10
干し椎茸	1
綿実油	1
清酒(純米酒)	1
こいくちしょうゆ	5
上白糖	2.4
食塩	0.25
だし(削り節・昆布だし)	10
きざみのり	0.8
【菜の花のすまし汁】	
ふ(小花)	1
はくさい	30
えのきたけ	10
和種なばな	15
食塩	0.4
うすくちしょうゆ	3.0
本みりん	2
昆布だし	0.60
削り節	2.3
水	150
【黄桃(缶)】	
缶(缶詰、黄肉種、果肉)	40

エネルギー(kcal)	546
たんぱく質(g)	23.5
脂質(g)	11.9
塩分(g)	2.6

2025年 3月 4日(火)	
献立名／食品名	g
【牛乳】	
★牛乳	1本
【ご飯】	
水稻穀粒(精白米)	80
【とんかつ】	
豚ひれ	40
こしょう混合	0.02
薄力粉	5
水	5
パン粉(乾燥)	13
なたね油	6
トマトケチャップ	6
濃厚ソース	2
【添え野菜(ブロッコリー)】	
ブロッコリー(冷凍)	40
【おいしいみそ汁】	
さつまいも	25
西洋かぼちゃ	25
とうもろこし(か-補冷凍)	0.5
カットわかめ(乾燥)	0.5
赤みそ	8
白みそ	3
昆布だし	0.6
削り節	2.3
水	150
【国産りんごゼリー】	
国産りんごゼリー	70
	
小学部6年生	

エネルギー(kcal)	722
たんぱく質(g)	29.4
脂質(g)	18.3
塩分(g)	1.9

2025年 3月 5日(水)	
献立名／食品名	g
【牛乳】	
★牛乳	1本
【ご飯】	
水稻穀粒(精白米)	80
【豚肉のデミグラスソース】	
豚モモ(脂肪なし)	60
豚ばら(脂身付)	15
玉葱	30
白ワイン	2.8
食塩	0.2
黒こしょう	0.04
オリーブ油	1
りんごピューレ	10
デミグラスソース	6
トマトケチャップ	6
【コンソメスープ】	
キャベツ	30
にんじん	15
ぶなしめじ	10
さんどまめ(冷凍)	20
食塩	0.3
こしょう混合	0.04
くちしょうゆ	1
コンソメ(粉末)	1.5
水	150
【★卵 りんごのクラフティ】	
りんご(缶詰)	29
薄力粉	5.2
★たまご(冷凍)	5.2
★クリーム(乳脂肪)	10.4
上白糖	2.6
コーンフレーク	6
	
中学部3年生	

エネルギー(kcal)	719
たんぱく質(g)	30.6
脂質(g)	24.0
塩分(g)	1.9

3 月

学校給食献立表

2025年 3月 6日(木)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
★牛乳	1 本
【★乳 黒糖パン】	
★黒糖パン	60
【★乳 鶏肉のフリカッセ】	
鶏若鶏肉モモ(皮付き)	50
食塩	0.2
黒こしょう	0.05
薄力粉	3
白ワイン	1
★有塩バター	1.3
玉葱	5
ぶなしめじ	5
まいたけ	5
にんにく	0.3
★クリーム(乳脂肪)	20
★牛乳	20
【★乳 マッシュポテト】	
じゃがいも	40
★有塩バター	1.3
★牛乳	5
食塩	0.2
白こしょう	0.02
パセリ(乾)	0.1
【★乳：ほうれんそうのクリームスープ】	
ほうれんそう(冷凍)	30
じゃがいも	20
玉葱	30
食塩	0.4
こしょう混合	0.03
★牛乳	20
★クリーム(乳脂肪)	7
コンソメ(粉末)	1
水	80
コーンスターチ	3
【★乳 ソファール元気ヨーグルト】	
★ソファール元気ヨーグルト	70

エネルギー (kcal)	869
たんぱく質 (g)	34.5
脂質 (g)	40.8
塩分 (g)	2.8

2025年 3月10日(月)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
★牛乳	1 本
【ご飯】	
水稻穀粒(精白米)	80
【八宝菜】	
豚モモ(脂身付き)	45
豚ばら(脂身付)	10
清酒(純米酒)	1.50
はくさい	50
玉葱	30
にんじん	15
チンゲンツアイ	30
干し椎茸	1
綿実油	0.5
上白糖	1.8
食塩	0.8
こしょう混合	0.02
こいくちしょうゆ	0.55
うすくちしょうゆ	1.6
かたくり粉	2.1
水	50
【揚げ餃子】	
ぎょうざ(冷凍)	40
なたね油	3
【ナムル】	
だいこん	45
にんじん	15
上白糖	1.5
食塩	0.45
うすくちしょうゆ	0.45
ごま油	1.8
ごま(すり)	2.25

エネルギー (kcal)	705
たんぱく質 (g)	28.5
脂質 (g)	25.0
塩分 (g)	2.1

2025年 3月11日(火)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
★牛乳	1 本
【ご飯】	
水稻穀粒(精白米)	80
【豚肉と厚揚げの味噌炒め煮】	
豚モモ(脂肪なし)	40
豚ばら(脂身付)	10
しょうが	0.5
綿実油	0.5
食塩	0.1
こしょう混合	0.02
白ねぎ	8
こいくちしょうゆ	0.8
清酒(純米酒)	3
厚揚げ	40
れんこん	15
玉葱	40
にんじん	10
キャベツ	35
赤みそ	8
削り節	1.6
水	20
【はくさいのおひたし】	
はくさい	30
ほうれんそう(冷凍)	10
えのきたけ	10
上白糖	0.9
うすくちしょうゆ	3
だし(削り節・昆布だし)	6
【手作りひじきふりかけ】	
干ひじき(アレルゲン、乾)	3
かつお加工品(かつお節)	0.9
ごま(いり)	3
上白糖	6
本みりん	3.9
こいくちしょうゆ	5
だし(削り節だし)	20

エネルギー (kcal)	691
たんぱく質 (g)	32.8
脂質 (g)	21.8
塩分 (g)	2.7

2025年 3月12日(水)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
★牛乳	1 本
【ビーフストロガノフ】	
水稻穀粒(精白米)	80
和牛モモ(脂肪なし)	60
食塩	0.1
こしょう混合	0.02
パプリカ(粉)	0.05
薄力粉	2.4
玉葱	60
マッシュルーム(水煮缶詰)	20
ぶなしめじ	15
綿実油	1
トマトケチャップ	8
デミグラスソース	7
ウスターソース	6.3
白ワイン	7.5
水	40
豆乳クリーム	14
食塩	0.6
こしょう混合	0.04
薄力粉	0.5
【グリーンサラダ】	
キャベツ	35
さんどまめ(冷凍)	20
とうもろこし(か-氷冷凍)	10
上白糖	1.8
食塩	0.5
白ワインビネガー	2.4
綿実油	0.9
【洋なし(缶)】	
西洋なし(缶詰)	44

エネルギー (kcal)	695
たんぱく質 (g)	28.3
脂質 (g)	22.0
塩分 (g)	2.5

2025年 3月13日(木)

献立名／食品名	g
【牛乳】	
★牛乳	1 本
【★乳 おさつパン】	
★おさつパン	60
【★乳 マカロニグラタン】	
鶏若鶏肉モモ(皮なし)	30
白ワイン	0.7
マカロニ(エルボ)	10
オリーブ油	0.4
玉葱	50
じゃがいも	40
ブロッコリー(冷凍)	20
ぶなしめじ	10
綿実油	1
食塩	0.2
こしょう混合	0.06
★クリーム(乳脂肪)	7
薄力粉	8
★牛乳	42
パン粉(乾燥)	1
★チュルチーズ(モツアルラ)	6
【野菜スープ】	
キャベツ	30
にんじん	15
さんどまめ(冷凍)	20
とうもろこし(か-氷冷凍)	10
食塩	0.4
こしょう混合	0.04
うすくちしょうゆ	2
コンソメ(粉末)	1.5
水	150

エネルギー (kcal)	741
たんぱく質 (g)	30.3
脂質 (g)	24.8
塩分 (g)	2.9

都合により食材を変更することがあります。

学校給食献立表

2025年 3月21日(金)

[illegible]

エネルギー (kcal)	641
たんぱく質 (g)	24.0
脂質 (g)	17.4
塩分 (g)	2.7

都合により食材を変更することがあります。