

令和8年



3月 学校給食予定献立表(東部)



★活動についてはHPをご確認ください★

月		火		水		木		金	
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名
2 ごはん 鶏つみれのすまし汁 白身魚フライ 大根のそぼろ煮 減塩小袋ソース	栄養価 エネルギー 22.3g 15.9g 1.8g 低 570kcal 22.3g 15.9g 1.8g 中 624kcal 24.8g 16.6g 2.3g 高 681kcal 27.2g 17.2g 2.4g 中学 759kcal 29.1g 17.7g 2.5g	3 スライスパン ジュリエンスープ メンチカツ メンチカツをパンではさんで、サンドイッチにして食べよう! チキンのトマトペンネ 減塩小袋ソース	栄養価 エネルギー 21.6g 21.3g 2.2g 低 521kcal 21.6g 21.3g 2.2g 中 578kcal 24.4g 23.5g 2.9g 高 675kcal 28.4g 24.0g 3.4g 中学 730kcal 30.6g 25.1g 3.7g	4 ごはん 油揚げと小松菜のみそ汁 肉団子みそ味(2個) キャベツのおかかマヨ和え ジョアブルーベリー	栄養価 エネルギー 20.6g 12.3g 2.4g 低 567kcal 20.6g 12.3g 2.4g 中 622kcal 22.9g 13.5g 2.6g 高 680kcal 25.0g 14.8g 2.8g 中学 761kcal 26.6g 15.4g 2.9g	5 スパゲティ クリームスパゲティ ひな祭りゼリー和え ゼリーの色は、白は雪、ピンクは桃の花、緑は新緑を表しています。	栄養価 エネルギー 19.2g 17.9g 1.4g 低 566kcal 19.2g 17.9g 1.4g 中 665kcal 22.1g 20.4g 1.8g 高 716kcal 23.1g 22.7g 2.1g 中学 791kcal 25.4g 24.0g 2.4g	6 ごはん どさんこ汁 さばみそ煮 骨まで食べられます 人参シリシリ	栄養価 エネルギー 27.6g 16.3g 2.0g 低 582kcal 27.6g 16.3g 2.0g 中 641kcal 29.8g 17.2g 2.1g 高 699kcal 32.5g 18.3g 2.3g 中学 779kcal 34.3g 18.9g 2.5g
9 ごはん 鶏肉入り中華スープ ショーンポー 4年生以下 1個 5年生以上 2個 多文化共生を考えた外国のメニューです もやしときゅうりのナムル	栄養価 エネルギー 17.0g 12.5g 1.8g 低 500kcal 17.0g 12.5g 1.8g 中 548kcal 18.4g 12.7g 2.0g 高 659kcal 22.2g 16.2g 2.8g 中学 737kcal 23.8g 16.4g 2.9g	10 背割りコッペパン ABCスープ シャウエッセン 日本ハムのシャウエッセンを寄贈していただきました! にはさんでケチャップをかけて食べよう! れんこんサラダ 小袋ケチャップ	栄養価 エネルギー 19.8g 25.0g 2.9g 低 508kcal 19.8g 25.0g 2.9g 中 570kcal 21.9g 26.7g 3.2g 高 669kcal 25.3g 28.9g 3.9g 中学 720kcal 27.1g 30.0g 4.1g	11 ごはん ポークカレー 冷凍みかん 冷たくて甘い! 地元の「吉小牧埠頭株式会社」様の協力のもと、今年も冷凍みかんを提供することになりました。	栄養価 エネルギー 18.1g 16.7g 2.0g 低 601kcal 18.1g 16.7g 2.0g 中 677kcal 20.3g 18.9g 2.5g 高 755kcal 22.4g 21.0g 2.9g 中学 849kcal 24.4g 22.1g 3.1g	12 ラーメン 塩ラーメン のり塩ポテトコロッケ 中3のみ卒業お祝い よいとまけ 吉小牧の銘菓で、全国的にも有名です!	栄養価 エネルギー 21.0g 16.3g 3.4g 低 560kcal 21.0g 16.3g 3.4g 中 635kcal 24.1g 16.9g 4.0g 高 646kcal 25.0g 17.3g 4.4g 中学 676kcal 26.0g 17.4g 4.5g	13 ごはん わかめのみそ汁 いわしのしょうが煮 骨まで食べられます もやしと小松菜のなめたけ和え	栄養価 エネルギー 19.1g 12.0g 1.8g 低 497kcal 19.1g 12.0g 1.8g 中 541kcal 20.3g 12.5g 2.0g 高 590kcal 21.8g 12.9g 2.3g 中学 668kcal 23.2g 13.2g 2.4g
16 ごはん ぎょうざスープ ビビンバ ごはん混ぜて食べよう 多文化共生を考えた外国のメニューです シークワサーゼリー	栄養価 エネルギー 21.1g 14.5g 1.8g 低 576kcal 21.1g 14.5g 1.8g 中 645kcal 24.1g 16.0g 2.1g 高 721kcal 27.3g 17.7g 2.8g 中学 809kcal 29.7g 18.9g 2.8g	17 コッペパン ポトフ 照り焼きハンバーグ 鶏肉ときこのトマト煮	栄養価 エネルギー 24.1g 20.8g 2.8g 低 538kcal 24.1g 20.8g 2.8g 中 606kcal 27.2g 22.5g 3.3g 高 714kcal 31.1g 25.0g 3.9g 中学 790kcal 34.6g 27.4g 4.4g	18 ごはん 豚汁 ほっけ和風フライ 骨につけて食べよう ブロッコリーのごま和え	栄養価 エネルギー 24.4g 17.9g 1.5g 低 599kcal 24.4g 17.9g 1.5g 中 662kcal 27.1g 18.8g 1.9g 高 725kcal 29.6g 19.8g 2.1g 中学 830kcal 32.8g 21.7g 2.3g	19 うどん 白だしうどん カレーコロッケ パインの豆乳クリーム チーズ和え	栄養価 エネルギー 22.2g 20.5g 2.8g 低 575kcal 22.2g 20.5g 2.8g 中 647kcal 25.4g 21.8g 3.4g 高 678kcal 27.7g 23.0g 3.8g 中学 706kcal 28.3g 23.5g 3.8g	○牛乳は毎日つきます。4日(木)は牛乳の代わりにジョアがつきます。 ○この日に、スプーンがつきます。 ○都合により献立が変更となる場合があります。 ○学校給食についての情報は吉小牧市ホームページをご覧ください。 ○魚には骨がないように取り除くなど注意して食べましょう。 ○刺さらないように取り除くなど注意して食べましょう。 ○食物アレルギーをお持ちの方は、献立名が同じでも使われている材料が違う場合がありますので、毎月の献立表でご確認をお願いします。 ○小学校のみ提供されるものは④、中学校のみ提供されるものには⑤と記載しています。 ○今月使用している「もやし・しめじ」は吉小牧産です。 食材のコンタミネーションについては各共同調理場へお問い合わせ下さい。	
23 ごはん かぼちゃ団子汁 豚肉のしょうが炒め	栄養価 エネルギー 23.3g 13.2g 1.5g 低 545kcal 23.3g 13.2g 1.5g 中 616kcal 27.1g 14.6g 2.0g 高 691kcal 30.6g 15.8g 2.4g 中学 776kcal 33.1g 16.8g 2.5g	てきんほこや 手が菌の運び屋に! 手はいろいろなものに触るので、手を介して汚れや細菌、ウィルスなどが移動する危険があります。つまり、手が菌の運び屋になってしまうのです。かぜや食中毒予防のために石けんを使ってしっかり手を洗うことが大切です。	てきんほこや 手が菌の運び屋に! 手はいろいろなものに触るので、手を介して汚れや細菌、ウィルスなどが移動する危険があります。つまり、手が菌の運び屋になってしまうのです。かぜや食中毒予防のために石けんを使ってしっかり手を洗うことが大切です。	シャウエッセンを寄贈していただきました! 北海道日本ハムファイターズ2軍施設の誘致活動への応援として、関係者の方からシャウエッセンを寄贈していただきました! いただいたシャウエッセンは3/10(火)に提供予定です!	たぶんかきょうせい 多文化共生について 多文化共生とは? いろいろな国から来た人たちが、みんなと一緒に住んでいることを表す言葉です。 ★いろいろな国や文化について調べてみよう! ①この1年間に外国のメニューは何回あったかな? ②どんな料理が出たかな? ③いろいろな国の食文化や給食の違いを調べてみよう!	今年度の給食費は3月末までに納入を! 学校給食で使用している食材は、給食費で購入しております。納入が遅れると食材の購入に影響が及ぶますので、お支払い忘れがないか、今一度ご確認いただき、3月末までの納入をお願いします。	今年度も残りわずかとなりました。みなさんは1年間にわたり、おいしい給食を食べながらさまざまな食に関することを学んできました。今月は、給食の時間をふりかえて来年度の食生活における目標を立ててみましょう。 1年間のふりかえりチェック 給食の時間をふりかえて、できたものには□にチェックを入れましょう。 □協力して給食の準備をすることができた □1人分の量をきれいに盛りつけた □楽しく食事がすることができた □バランスのよい食事のとり方がわかった □地域の地場産物がわかった □感謝の気持ちを持って食べることができた		
献立表4月号裏面掲載 「学校給食で年間を通して使用する食品の原材料」 記載内容の訂正とお詫び	この度、献立表4月号裏面右下に掲載していた「学校給食で使用しない食材」の内容に誤りがございました。お詫び申し上げますとともに、下記の通り訂正させていただきます。 (誤)マカダミアナッツ ⇒ (正)ピスタチオ なお、今年度提供した給食では、「マカダミアナッツ」「ピスタチオ」いずれも使用していないことも併せてご報告いたします。 今後、このような事態が発生しないよう、掲載内容の確認体制を強化いたします。	夜間窓口を開設しております 3月は16日・25日です 17:00~20:00まで 支払い・相談に月2回の夜間窓口をご利用ください	夜間窓口を開設しております 3月は16日・25日です 17:00~20:00まで 支払い・相談に月2回の夜間窓口をご利用ください	第1学校給食共同調理場 吉小牧市柳町1丁目3-5 電話 (0144) 57-5881 第2学校給食共同調理場 吉小牧市美原町3丁目9-10 電話 (0144) 67-1815	吉小牧市学校給食共同調理場				