

令和7年3月 学校給食予定献立表

日 曜	こんだて	体 の 中 で の 主 な は た ら き						その他 調味料	おやつ
		体をつくるものになる食品		体の調子を整える食品		エネルギーのもとになる食品			
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		たんぱく質 魚・肉・卵 豆・豆製品	無塩乳 牛乳・小魚 海藻	緑黄色野菜	ビタミン・無塩乳 その他の野菜 果物	炭水化物 穀類・いも類 砂糖	脂質 油脂		
3 (月)	主食 五目ちらし寿司	鶏肉 油揚げ ★かまぼこ		にんじん	かんぴょう しいたけ	おこわ ごはん 砂糖		しょうゆ 酒 すし酢	スコーン (チョコチップ)
	主菜 ハムとコーンのカラフル揚げ	ハム		にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし	さつまいも 小麦粉	油	塩	
	副菜 菜の花のおひたし	かつお節 ★いり卵	ひなまつり献立	菜の花	キャベツ		ごま油	しょうゆ	
	他 ひなあられ					★ひなあられ			
	他 牛乳			牛乳					
4 (火)	主食 ソフトメン					ソフトメン			焼プリンタルト
	主菜 わかめうどん汁	豚肉	わかめ	にんじん	大根 白菜 長ねぎ えのきだけ			混合だし 塩 しょうゆ みりん	
	副菜 切干し大根のサラダ	鶏肉		にんじん	切干し大根 もやし きゅうり	砂糖	ごま油	しょうゆ 酢 一徳庵辛子	
	他 手作りチーズ蒸しパン		牛乳 チーズ			★ホットケーキミックス			
	他 牛乳		牛乳						
5 (水)	主食 ごはん					ごはん			いもち
	主菜 ビーンズカレー	豚肉 大豆		にんじん	たまねぎ にんにく グリーンビーズ プルーン	じゃがいも	油	★カレー粉 カレー粉 ケチャップ ★中濃ソース ガラムマサラ	
	副菜 こまつなサラダ	ハム		にんじん 小松菜	キャベツ きゅうり にんにく	砂糖	ごま 油	酢 塩 こしょう	
	他 牛乳		牛乳						
	他 牛乳		牛乳						
6 (木)	主食 わかめごはん		★わかめごはんの素			ごはん			あずき クリームケーキ
	主菜 鶏の照り焼き	鶏肉			にんにく	でん粉 砂糖	油	塩 酒 しょうゆ みりん	
	副菜 もやしとにんじんのじゃこサラダ		★ちりめんじゃこ	にんじん ほうれん草	もやし しょうが	砂糖		しょうゆ 酢	
	他 キャベツのみそ汁	油揚げ みそ	青葉小学校G-1 リクエスト献立	にんじん	キャベツ えのきだけ	じゃがいも		混合だし	
	他 りんご				りんご				
他 牛乳		牛乳							
7 (金)	主食 ドッグパン		さかなの日			ドッグパン			おかし
	主菜 白身魚フライ	★白身魚フライ					油		
	副菜 ノンエッグタルタルソース							★ノンエッグタルタルソース	
	他 野菜ソテー	ベーコン		にんじん 小松菜	キャベツ もやし		油	野菜ブイヨン 塩 こしょう	
	他 ミネストローネ	鶏肉		にんじん	たまねぎ 白菜 セロリ ヤングコーン	マカロニ	豆乳バター 油	野菜ブイヨン 塩 こしょう ★トマトソース	
他 牛乳		牛乳							
10 (月)	主食 ごはん					ごはん			昔まんじゅう
	主菜 豚肉のしょうが焼き	豚肉		ピーマン	たまねぎ しょうが	砂糖	油	しょうゆ 酒 みりん	
	副菜 ごま酢あえ	★かまぼこ		にんじん 小松菜	もやし		ごま ごま油	しょうゆ 酢	
	他 実だくさん汁	豆腐 みそ	わかめ	にんじん	大根 ごぼう 長ねぎ しめじ	こんにゃく		混合だし	
	他 牛乳		牛乳						
11 (火)	主食 給食のフレンチトースト	卵	牛乳			食パン はちみつ 砂糖			豆乳 パンナコッタ
	主菜 さつまいもモリモリシチュー	鶏肉 豆乳	粉チーズ	チンゲン菜 にんじん	たまねぎ マッシュルーム	さつまいも 米粉	油	野菜ブイヨン 塩 こしょう	
	副菜 コーン好き♡サラダ			ブロッコリー	キャベツ とうもろこし		油	酢 塩 こしょう	
	他 ソーダゼリー					★ソーダゼリー			
	他 牛乳		牛乳						
12 (水)	主食 ごはん					ごはん			チョコス
	主菜 春巻き	★春巻き					油		
	副菜 大根とわかめのサラダ	ハム	わかめ	にんじん	大根 とうもろこし きゅうり にんにく		油	酢 塩 こしょう	
	他 たまごとチンゲンサイのスープ	卵	空園 おめでとう献立	チンゲン菜 にんじん	たまねぎ しめじ 長ねぎ	でん粉	油	チキンガラスープ 塩 しょうゆ こしょう	
	他 いちごのクレープ					いちごのクレープ			
他 牛乳		牛乳							
13 (木)	主食 ごはん		青葉小学校G-2 リクエスト献立			ごはん			ピザ焼サンド
	主菜 ハンバーグゆずおろしソース	★ハンバーグ			ゆず 大根 長ねぎ	砂糖 でん粉		しょうゆ 酒 みりん	
	副菜 もやしとにらのあえもの			にんじん にら	もやし とうもろこし	三温糖	ごま油	しょうゆ	
	他 ワインナーと小松菜のスープ	ワインナー	にんじん 小松菜	たまねぎ	じゃがいも		野菜ブイヨン 塩 こしょう		
	他 みかんゼリー					★みかんゼリー			
他 牛乳		牛乳							
14 (金)	主食 米パン					米パン			おかし
	主菜 ボークビーンズ	豚肉 大豆		トマト パセリ	たまねぎ セロリ	じゃがいも 砂糖	油	ケチャップ 塩 こしょう ★ウスターソース 一徳庵辛子	
	副菜 ハムと野菜のマリネ	ハム		にんじん	きゅうり たまねぎ キャベツ		オリーブオイル	酢 塩 こしょう	
	他 牛乳		牛乳						
	他 牛乳		牛乳						

茨城町学校給食共同調理場

日 (曜)	こんだて	体の中での主なはたらき						その他 調味料	おやつ
		体をつくるものになる食品		体の調子を整える食品		エネルギーのもとになる食品			
		1群 たんぱく質	2群 無糖質	3群 ビタミン・無糖質	4群 その他の野菜 果物	5群 炭水化物	6群 脂質		
		魚・肉・鶏 豆・豆製品	牛乳・小魚 海藻	緑黄色野菜		穀類・いも類 砂糖	油脂		
17 (月)	主食 ごはん					ごはん			手作り いちもんじ
	主菜 豚肉とにらのそぼろいため	豚肉 大豆 みそ	ひぬ丸くんメニュー	にら	たまねぎ とうもろこし	しょうが にんにく	砂糖	しょうゆ 酒 みりん 一味唐辛子	
	副菜 おかあえ	かつお節		にんじん 小松菜	もやし		三温糖	酢 しょうゆ	
	副菜 じゃがいものみそ汁	油揚げ 豆腐 みそ			ごぼう 長ねぎ	大根	こんにゃく じゃがいも	混合だし	
	他 牛乳		牛乳						
18 (火)	主食 ソフトメン					ソフトメン			おかし
	主菜 豚うどん汁	豚肉 油揚げ		小松菜 にんじん	たまねぎ しいたけ			しょうゆ 塩 みりん 酒 混合だし	
	副菜 しょうがあえ			にんじん ほうれん草	キャベツ しょうが			しょうゆ	
	他 ほうれん草のマドレーヌ	卵	チーズ 牛乳	ほうれん草		★ホットケーキミックス 砂糖	無塩バター		
	他 牛乳		牛乳						
19 (水)	主食 ごはん					ごはん			ハンバーグ サンド
	主菜 いかささら揚げ	★いかささら揚げ					油		
	副菜 五目きんぴら	油揚げ		にんじん	ごぼう 枝豆 しいたけ	しらたき 砂糖	ごま油	しょうゆ みりん	
	副菜 鶏菜ごまみそ汁	鶏肉 みそ		小松菜 にんじん	大根 れんこん ごぼう 長ねぎ		ごま	混合だし	
	他 牛乳		牛乳						
21 (金)	主食 ミルクパン		青雫小学校6～3 リクエスト献立			ミルクパン			さくらゼリー
	主菜 鶏肉とコーンのチリトマト煮	鶏肉		トマト パセリ	たまねぎ とうもろこし	米粉 砂糖	油 無塩バター	野菜フイヨン ケチャップ 白ワイン こしょう 塩 チリパウダー	
	副菜 ツナサラダ	まぐろ		ブロッコリー にんじん	キャベツ きゅうり たまねぎ	砂糖	油	しょうゆ 酢 塩 こしょう	
	他 牛乳		牛乳						
	他 牛乳		牛乳						
24 (月)	主食 ごはん					ごはん			玉子と塩こんぶの おにぎり
	主菜 ホイコーロー	豚肉 みそ		にんじん ビーマン	キャベツ にんにく	砂糖	油	しょうゆ 中華だし テンメンジャン	
	副菜 鶏唐和え		のり	にんじん	はくさい もやし			しょうゆ	
	副菜 かに玉スープ	かに風味かまぼこ 卵		チンゲン菜	長ねぎ しいたけ	でん粉		チキンガラスープ しょうゆ	
	他 牛乳		牛乳						
25 (火)	主食 食パン					食パン			おかし
	主菜 ハンバーグ トマトソース	ハンバーグ		トマト	たまねぎ えのきだけ	砂糖	油	ウスターソース 酒 ケチャップ コンソメ	
	副菜 だいこんサラダ		チーズ	にんじん	大根 きゅうり レモン にんにく	砂糖	油	酢 塩 こしょう	
	副菜 ポテトスープ	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも		コンソメ こしょう	
	他 牛乳		牛乳						
26 (水)	主食 ごはん					ごはん			バナナマフィン
	主菜 メンチカツ	メンチカツ					油		
	副菜 ブロッコリーサラダ			にんじん ブロッコリー	きゅうり とうもろこし		オリーブオイル	酢 塩 こしょう	
	副菜 豆腐となめこのみそ汁	豆腐 みそ			なめこ 長ねぎ			和風だしのだし	
	他 牛乳		牛乳						
27 (木)	主食 ごはん					ごはん			四角い メロンパン
	主菜 鮭のごまみそがけ	鮭 みそ			しょうが	砂糖	ごま	しょうゆ みりん 酒	
	副菜 ほうれん草のソテー			ほうれん草	たまねぎ とうもろこし		バター	塩 コンソメ こしょう	
	副菜 はんぺんのすまし汁	はんぺん		にんじん みずな	長ねぎ			しょうゆ 酒 塩 和風だしのだし	
	他 牛乳		牛乳						
28 (金)	主食 ロールパン					ロールパン			クレープ (カスタード)
	主菜 白菜のクリーム煮	鶏肉	牛乳 生クリーム	にんじん	はくさい たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも	バター 油	シチューの素 塩 こしょう	
	副菜 スパゲッティサラダ			にんじん	きゅうり たまねぎ	スパゲッティ	マヨネーズ	塩 こしょう	
	他 牛乳		牛乳						
	他 牛乳		牛乳						
31 (月)	主食 ごはん					ごはん			ココア蒸しパン
	主菜 高野豆腐の玉子とし	鶏肉 卵 高野豆腐		にんじん	たまねぎ しいたけ グリーンピース	じゃがいも しらたき 砂糖	油	しょうゆ みりん	
	副菜 ゆかり和え				キャベツ きゅうり もやし			塩 ゆかり粉	
	他 牛乳		牛乳						

※ 都合により、献立や材料を変更することがありますので、ご了承ください。

茨城町の食材は、米・にらです。
ひぬ丸くんメニューの茨城町産の食材は、じゃがいも・ごぼう・小松菜・大根・たまねぎ・にら・にんじん・長ねぎです。
茨城県の食材は、ソフトメン・牛乳・卵・ごぼうです。



茨城町のマスコットの ひぬ丸 くんです。
ひぬ丸くんのマークが付いている食材は 茨城町産 です。

☆海藻類（ひじき・わかめ・青のり等）小魚類（しらす・ちりめんじゃこ等）は、えび・かにを食べているか、えび・かにに混ざる漁場で採取しています。