

令和7年3月 学校給食予定献立表

日 (曜)	こんだて	体をつくるものになる食品		体の調子を整える食品				その他 調味料	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		エネルギーのもとになる食品			
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・小魚 海藻	緑黄色野菜		その他の野菜 果物	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	
	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			
	牛乳	牛乳							
4 (火)	主食 ソフトメン					ソフトメン			
	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 えのきたけ			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 一味唐辛子	
	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			
	牛乳	牛乳							
5 (水)	主食 ごはん					ごはん			
	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 グリーンピース プルーン	じゃがいも	油	★カレールウ 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						
	6 (木)	主食 わかめごはん		★わかめごはんの素			ごはん		
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	
キャベツのみそ汁		油揚げ みそ	商業小学校6-1 リクエスト献立	にんじん	キャベツ えのきたけ	じゃがいも		混合だし	
他 りんご					りんご				
牛乳			牛乳						
7 (金)	主食 ドッグパン		さかなの日			ドッグパン			
	主菜 白身魚フライ	★白身魚フライ					油		
	ノンエッグタルタルソース							★ノンエッグタルタルソース	
	副菜 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	
	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			
	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	
	美だくさん汁	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			
	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			
	牛乳	牛乳							

☆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・かにが混ざる漁場で採取しています。

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	
			体をつくるもとになる食品		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 無機質	3群 ビタミン・無機質	4群	5群 炭水化物	6群 脂質		
			魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・小魚 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	穀類・いも類 砂糖	油脂		
12 (水)	主食	ごはん					ごはん			
	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	
		たまごとチンゲンサイのスープ	卵	卒園 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		
		牛乳								
13 (木)	主食	ごはん		青葉小学校6-2 リクエスト献立			ごはん			
	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	
		ウィンナーと小松菜のスープ	ウィンナー		にんじん 小松菜	たまねぎ	じゃがいも		野菜ブイオン 塩 こしょう	
	他	みかんゼリー					★みかんゼリー			
		牛乳								
14 (金)	主食	米パン					米パン			
	主菜	ボークビーンズ	豚肉 大豆		トマト にんじん パセリ	たまねぎ セロリ にんにく	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 一味唐辛子	
	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							
17 (月)	主食	ごはん		ひぬ丸くんメニュー			ごはん			
	主菜	豚肉とにらのそぼろいため	豚肉 大豆 みそ		にら	たまねぎ しょうが とうもろこし にんにく	砂糖	油	しょうゆ 酒 みりん 一味唐辛子	
	副菜	おかかあえ	かつお節		にんじん 小松菜	もやし	三温糖	油	酢 しょうゆ	
		じゃがいものみそ汁	油揚げ 豆腐 みそ			ごぼう 大根 長ねぎ	こんにゃく じゃがいも		混合だし	
	他		牛乳							
18 (火)	主食	ソフトメン					ソフトメン			
	主菜	肉うどん汁	豚肉 油揚げ		小松菜 にんじん	たまねぎ 長ねぎ しいたけ			しょうゆ 塩 みりん 酒 混合だし	
	副菜	しょうががえ			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		
			牛乳							
19 (水)	主食	ごはん					ごはん			
	主菜	いかさらさ揚げ	★いかさらさ揚げ					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	
		根菜ごまみそ汁	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							
21 (金)	主食	ミルクパン		青葉小学校6-3 リクエスト献立			ミルクパン			
	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	野菜ブイオン 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							

※ 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。