

令和7年度

# こんだてひょう



氷見市立湖南小学校

## 3月 給食の目当て

○正しいマナーで楽しい食事ができたか振り返ろう

- 1・2年生…決まりを守って食事をする事ができたか考えよう。
- 3・4年生…食事の正しいマナーが身に付いたか考えよう。
- 5・6年生…楽しい給食のために自主的に活動ができたか考えよう。



日曜	行事食等	こんだて	使用する食品名		
			ちきんにく 血や筋肉になる	たいおん 体温や力になる	からだ 体の調子を整える
2月	卒業を祝う会	クロワッサン 飲むヨーグルト 鶏のから揚げ ゆで野菜サラダ コーンスープ (6年は特別メニューあり)	のむヨーグルト とりにく たまご	クロワッサン あぶら でんぶん ごま	しょうが ブロッコリー キャベツ にんじん たまねぎ はくさい コーン
3火	桃の節句 献立	桜ご飯 牛乳 さわらの西京焼き 即席漬物 すまし汁 桃の杏仁豆腐	ぎゅうにゅう さわらのさいきょうみそつけ こんぶ とうふ わかめ	さくらごはん しらたまふ もものあんにとろふ	はくさい キャベツ にんじん ゆず たまねぎ しめじ ねぎ
4水		ご飯 牛乳 がんもの含め煮 スタミナ納豆あえ 豚汁	ぎゅうにゅう がんもどき なつとう みそ ぶたにく	ごはん さとう ごまあぶら じゃがいも	キャベツ いら もやし しょうが だいこん にんじん ねぎ
5木		ご飯 牛乳 さばのみそ煮 白菜の昆布漬物 けんちん汁 ヨーグルト	ぎゅうにゅう さばのみそに こんぶ とうふ ヨーグルト	ごはん あぶら さといも ごまあぶら	はくさい にんじん だいこん ごぼう ほししいたけ ねぎ
6金		揚げパン 牛乳 たれ付きハンバーグ 海藻サラダ コンソメスープ	ぎゅうにゅう きなこ かいそう ハンバーグ	コッペパン あぶら グラニューとう	ブロッコリー きゅうり コーン キャベツ はくさい しょうが ほししいたけ たまねぎ にんじん ねぎ
9月		ご飯 牛乳 豚肉のジャンロー 枝豆サラダ じゃがいものみそ汁	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ	ごはん あぶら さとう じゃがいも	しょうが たまねぎ キャベツ きゅうり えだまめ にんじん しめじ ねぎ
10火	3月の祝いデー	麦ご飯 牛乳 プレーンオムレツ 花野菜サラダ カレールウ エクレア	ぎゅうにゅう プレーンオムレツ ぶたにく	むぎごはん マヨネーズ あぶら じゃがいも エクレア	ブロッコリー カリフラワー にんじん コーン にんにく しょうが たまねぎ
11水		ご飯 牛乳 ふくらぎの竜田揚げ キャベツともやしのあえもの さつま汁	ぎゅうにゅう ふくらぎ みそ とりにく あぶらあげ	ごはん こめこ でんぶん あぶら ごま さつまいも	しょうが もやし キャベツ だいこん にんじん ねぎ

日曜	行事食等	こんだて	使用する食品名		
			ちきんにく 血や筋肉になる	たいおん 体温や力になる	からだ 体の調子を整える
12木	卒業祝い 献立	ごこくまいごはん 牛乳 鶏肉のレモンみそかけ 青菜の切り干しあえ 細麺汁 桜ゼリー	ぎゅうにゅう とりにく みそ	ごこくまいごはん さとう ひみほそめん さくらゼリー	レモン こまつな キャベツ にんじん きりぼしだいこん ほししいたけ たまねぎ ねぎ
13金	卒業式				
16月		ご飯 牛乳 和風ハンバーグ 野菜炒め いものこ汁	ぎゅうにゅう ハンバーグ ベーコン とりにく みそ	ごはん さとう あぶら さといも	だいこん たまねぎ にんじん キャベツ コーン ごぼう ねぎ
17火		ご飯 牛乳 ししゃもフライ ごまごまサラダ なめこ汁	ぎゅうにゅう ししゃもフライ とうふ	ごはん あぶら ごま さとう ごまあぶら	キャベツ きゅうり にんじん コーン なめこ ねぎ
18水		ご飯 牛乳 たれ付き肉団子 三色野菜のごまあえ にら玉汁	ぎゅうにゅう たれつきにくだんご こうやどうふ みそ たまご	ごはん さとう ごま じゃがいも でんぶん	もやし にんじん こまつな にら たまねぎ
19木		ロールパン 牛乳 鶏肉の香味焼き ごぼうサラダ ソフト麺のミートソース	ぎゅうにゅう とりにく みそ ツナ ぶたにく	ロールパン あぶら ごまあぶら さとう マヨネーズ ごま ソフトめん でんぶん	ごぼう にんじん きゅうり たまねぎ にんにく マッシュルーム パセリ
20金	春分の日				
23月		麦ご飯 牛乳 ドライカレー キャベツのゆかりあえ わかめスープ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく ソイミート わかめ	むぎごはん あぶら さとう	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ピーマン コーン キャベツ きゅうり しそこ ほししいたけ

※太字は氷見産の食材です。

