



令和7年3月 学校給食予定献立表(小学校)

竹原市学校給食センター
(竹原すくすくセンター)
【TEL:22-2350 FAX:22-2315】

日	曜	献立 ★米：竹原市内産 竹原市内産、広島県内産の 食品名には線を入れています。		あか		みどり		き		えいようりょう 栄養量	
				おもに		おもに		おもに		エネルギー (kcal)	
				からだ		からだ		からだ		カルシウム(mg)	
				体をつくる		体の調子を整える		のもとになる		えんぶん(g)	
3	月	 酢合わせごはん	 かぐや姫寿司 根菜汁	ぎゅうにく ぶたにく とりにく あぶらあげ	<u>ぎゅうにゅう</u>	にんじん さやいんげん <u>ねぎ</u>	たけのこ とうもろこし しょうが だいこん ごぼう	<u>こめ</u> さとう		590 290 1.8	
4	火	 チーズパン	 カレー豆腐 カラフルソテー	ぶたにく とうふ ベーコン	<u>ぎゅうにゅう</u> チーズ	にんじん <u>ねぎ</u> ピーマン	しょうが たまねぎ <u>しめじ</u> キャベツ とうもろこし	パン さとう かたくりこ	ごまあぶら	627 439 2.4	
5	水	 鶏肉のから揚げ よるこぶキャベツ みそ汁 デザート	 とりにく 鶏肉のから揚げ よるこぶキャベツ みそ汁 デザート	とりにく とうふ みそ	<u>ぎゅうにゅう</u> こんぶ	にんじん <u>ねぎ</u>	キャベツ だいこん えのきたけ	<u>こめ</u> かたくりこ こむぎこ デザート	あぶら	695 342 2.3	
6	木	 小黒糖パン	 ミーツバゲティ ビーンズサラダ	とりにく ぶたにく <u>だいき</u>	<u>ぎゅうにゅう</u> わかめ	ピーマン トマト にんじん	たまねぎ <u>しめじ</u> キャベツ きゅうり	パン くらざとう スパゲティ さとう	あぶら	635 323 2.2	
7	金	 魚のみそマヨネーズ焼き 具だくさん汁	 さかなのみそマヨネーズ焼き 具だくさん汁	ホキ みそ あぶらあげ	<u>ぎゅうにゅう</u> わかめ	にんじん <u>ねぎ</u>	たまねぎ とうもろこし だいこん はくさい <u>しめじ</u>	<u>こめ</u>	マヨネーズ	596 305 1.8	
10	月	 いかのチリソース煮 ワンタンスープ	 いかのチリソース煮 ワンタンスープ	ぶたにく いか ベーコン	<u>ぎゅうにゅう</u> わかめ	にんじん チンゲンサイ <u>ねぎ</u>	にんにく たまねぎ <u>もやし</u> <u>しめじ</u>	<u>こめ</u> さとう かたくりこ ワンタン	あぶら ごまあぶら ごま	589 274 1.7	
11	火	 鶏とじゃがいものみそ煮 たくあんのごま炒め	 とりにく 鶏とじゃがいものみそ煮 たくあんのごま炒め	とりにく なまあげ ちくわ みそ	<u>ぎゅうにゅう</u>	にんじん さやいんげん <u>こまつな</u>	にんにく しょうが たまねぎ たくあん <u>もやし</u>	<u>こめ</u> じゃがいも さとう	ごまあぶら ごま	615 306 1.5	
12	水	 ポークカレー コールスローサラダ	 ポークカレー コールスローサラダ	ぶたにく ハム	<u>ぎゅうにゅう</u>	にんじん トマト	にんにく たまねぎ キャベツ きゅうり みかん	<u>こめ こめこ</u> じゃがいも はちみつ さとう	バター オリーブあぶら あぶら	652 275 2.0	
13	木	 パッタイ かみかみあえ	 パッタイ かみかみあえ	いか ぶたにく ちくわ	<u>ぎゅうにゅう</u> きわかめ ちりめん	にんじん <u>ねぎ</u>	ドライパイン <u>もやし</u> にんにく はくさい ほししいたけ <u>レモン</u> きゅうり だいこん	パン ビーフン さとう	あぶら ごまあぶら	592 320 2.6	
14	金	 ちくわの磯辺揚げ そえ野菜 こんにやくのきんぴら	 ちくわの磯辺揚げ そえ野菜 こんにやくのきんぴら	ちくわ ぶたにく あぶらあげ	<u>ぎゅうにゅう</u> あおのり きわかめ	にんじん れんこん さやいんげん	キャベツ <u>れんこん</u>	<u>こめ</u> こむぎこ さとう	あぶら ごま ごまあぶら	668 335 2.3	
17	月	 高野豆腐と野菜のうま煮 わけぎのツナマヨネーズ	 こうやどうふ やさい わけぎのツナマヨネーズ	こうやどうふ とりにく ちくわ ツナ	<u>ぎゅうにゅう</u> わかめ	にんじん さやいんげん <u>わけぎ</u>	ごぼう だいこん	<u>こめ</u> じゃがいも さとう	マヨネーズ ごま	652 317 1.5	
18	火	 和風ミートサンド 海の幸ポトフ	 わふう ミートサンド うみ きのこポトフ	とりにく ぶたにく ベーコン ホキ ホタテ	<u>ぎゅうにゅう</u>	にんじん ピーマン	しょうが たまねぎ ごぼう だいこん	パン さとう こむぎこ	ごま あぶら	650 391 2.6	
19	水	 ししゃものから揚げ かおりあえ ♡広し菜 Miso Soup♡	 ししゃものから揚げ かおりあえ ♡広し菜 Miso Soup♡	あぶらあげ とうふ みそ	<u>ぎゅうにゅう</u> ししゃも	にんじん <u>こまつな</u>	はくさい <u>レモン</u>	<u>こめ</u> かたくりこ じゃがいも	あぶら	588 413 1.8	
21	金	 たけはら 竹原いっぱい丼 おかかあえ	 たけはら 竹原いっぱい丼 おかかあえ	ぎゅうにく ぶたにく ちくわ かつおぶし <u>たまご</u>	<u>ぎゅうにゅう</u>	<u>ねぎ</u> <u>こまつな</u> にんじん	たまねぎ <u>れんこん</u> <u>もやし</u>	<u>こめ</u> むぎ じゃがいも さとう		620 306 1.8	
24	月	 ひきずり ひじきのナムル	 ひきずり ひじきのナムル	とりにく とうふ	<u>ぎゅうにゅう</u> ひじき	<u>ねぎ</u> <u>こまつな</u> にんじん	ごぼう たまねぎ はくさい <u>しめじ</u> <u>もやし</u>	<u>こめ</u> さとう	あぶら ごま ごまあぶら	593 378 1.9	
25	火	 こくとう 黒糖パン	 クリームシチュー コーンサラダ	とりにく	<u>ぎゅうにゅう</u> なまクリーム	にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり とうもろこし	パン くらざとう マカロニ こめこ じゃがいも さとう	あぶら バター	680 349 2.0	

すくすくセンターから

1年間、季節の料理や旬の食べ物、広島県や他県の郷土料理など給食を通してみなさんにいろいろな料理を味わってほしいとの思いで献立を考えました。給食で使う食品の約1/4を竹原市内や広島県でできた地場産物を使いました。地域の生産者やお店の人の協力で、みなさんの健康や成長を支えていただきました。



給食で使った竹原市内の産物

広島県の料理：わけぎのツナマヨネーズ

各地の料理：ひきずり(愛知県)

世界の料理：パッタイ(タイ)

竹ちゃん給食：かぐや姫寿司

ひろしま給食：ひろし菜 Miso Soup

19日：食育の日献立

※物資等の都合で献立や食材が変更することがありますので、ご了承ください。

3色レンジャー

