

令和8年 3月 学校給食予定献立表

富山市立豊田小学校
富山市北学校給食センター

※当センターでは、下記の予定献立を基本とし、2種類の献立を同時に調理しています。

実施日		献立名	主な材料とその働き						栄養量			
日	曜		おもに体の組織をつくる		おもに体の調子を整える		おもにエネルギーとなる		1744* (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (%)	塩分 (g)
			1群	2群	3群	4群	5群	6群				
2	月	ごはん 牛乳 いわしの土佐煮 甘酢和え ごま豆腐鍋	いわしの土佐煮 豚肉 焼き豆腐 豆腐	牛乳	人参	かぶ きゅうり 白菜 ねぎ えのきたけ	ごはん 砂糖	ごま	576	27.1	29.7	1.7
3	火	コッペパン 牛乳 鶏肉の塩こうじ揚げ そえ野菜 ひよこ豆のスープ	鶏肉 ウインナー ひよこ豆	牛乳	人参	キャベツ きゅうり 玉ねぎ 白菜 とうもろこし	コッペパン でん粉	油	546	27.8	37.1	2.6
4	水	ごはん 牛乳 鯖の西京焼き チンゲンサイソテー 厚揚げの錦とじ	鯖の西京焼き 厚揚げ 卵	牛乳	チンゲンサイ 人参	もやし 玉ねぎ	ごはん こんにゃく 砂糖	油	622	32.8	33.7	1.7
5	木	ごはん 牛乳 たべきリンハヤシ 花野菜サラダ ヨーグルト	ベーコン	牛乳 ヨーグルト	人参 トマト ブロッコリー	玉ねぎ しめじ りんご カリフラワー	ごはん じゃが芋	油 ハヤシルワ フレンチドレッシング	591	19.5	25.6	2.9
6	金	ごはん 牛乳 あじフライ 昆布和え 関東だき バナナ	あじフライ がんもどき	牛乳 昆布	小松菜 人参 いんげん	キャベツ バナナ	ごはん こんにゃく じゃが芋 砂糖	油	623	23.5	24.6	1.6
9	月	ごはん 牛乳 ししゃもフライ いり大豆和え じゃがいものそぼろ煮	大豆 鶏肉	牛乳 ししゃもフライ	小松菜 人参	白菜 玉ねぎ	ごはん 砂糖 じゃが芋 でん粉	油	599	23.4	27.5	1.8
10	火	コッペパン (減) 牛乳 焼きそば オムレツ コーンサラダ ポケットチーズ	豚肉 オムレツ	牛乳 チーズ	人参 ブロッコリー	生姜 キャベツ もやし きゅうり とうもろこし	コッペパン 中華めん 砂糖	油	558	24.2	35.8	3.1
11	水	ごはん 牛乳 ふくらぎのカレー揚げ おひたし 五目汁	ふくらぎ 厚揚げ	牛乳 わかめ	チンゲンサイ 人参	もやし 大根 しめじ	ごはん でん粉	油	626	26.2	35.8	2.2
12	木	ごはん 牛乳 和風ハンバーグ アスパラのごまだれ 米粉シチュー 清見オレンジ	ハンバーグ ベーコン	牛乳 脱脂粉乳 生クリーム	グリーンアスパラガス 人参	キャベツ 玉ねぎ 清見オレンジ	ごはん 砂糖 じゃが芋 米粉	ごま	664	25.8	26.2	2.2
13	金	ごはん 牛乳 にしんの生姜味 パンサンスー 豆腐の野菜あんかけ	にしんの生姜味 豚肉 豆腐	牛乳	人参	キャベツ きゅうり 生姜 玉ねぎ 白菜 干ししいたけ もやし えのきたけ	ごはん 春雨 砂糖 でん粉	ごま油 油	612	26.4	29.3	2.3
16	月	ごはん 牛乳 ホキと大豆のマリアナソースからめ ゆでブロッコリー 豆腐ともずくのスープ	ホキ 大豆 木綿豆腐	牛乳 もずく	ブロッコリー 人参	生姜 にんにく もやし ねぎ	ごはん でん粉 砂糖	油 ごま油	554	24.5	27.6	2.3
17	火	卒業式										
18	水	ごはん 牛乳 春巻き 香味和え 八宝菜 味付け小魚	春巻き 豚肉	牛乳 味付け小魚	チンゲンサイ 人参 ピーマン	もやし ねぎ 生姜 にんにく 玉ねぎ 筍 干ししいたけ 白菜	ごはん 砂糖 でん粉	油 ごま油	635	22.8	32.3	2.4
19	木	ごはん 牛乳 さばの銀紙焼き ごま和え じゃがいもと鶏肉のうま煮	さばの銀紙焼き 鶏肉	牛乳	小松菜 人参 いんげん	キャベツ 大根	ごはん 砂糖 じゃが芋 こんにゃく	ごま油	607	28.9	27.0	2.1
23	月	ごはん 牛乳 干草焼き 大根サラダ 韓国風すきやき	干草焼き(卵) 豚肉 焼き豆腐	牛乳	人参	大根 きゅうり にんにく 生姜 玉ねぎ 白菜 ねぎ えのきたけ	ごはん 砂糖 こんにゃく	ごま油 油	599	26.4	31.1	2.1

※材料の都合により献立を変更することがあります。

※富山市学校給食会のホームページで、学校給食用食材（青果物・魚）の予定産地を公開しています。 <http://www.tomigakkyuu.com/>