

令和8年

3月の予定献立表

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。

※アレルギー詳細献立表もあわせてご覧ください。



(行事や本日の給食のテーマ)

欠食等を表示します	
食品	体内ではたつき
あか	血や肉、骨をつくる
き	働く力や体温となる
みどり	体の調子を整える

カミカミ献立

西原町学校給食共同調理場

TEL: 945-4935

<給食目標>

1年間の給食をふりかえろう



※カミカミ献立・・・噛み応えのあるメニューが入っています。よく噛んで食べよう!

こ ん だ て	2(月) 今月の給食目標は? (中3のみ) ★おいわいケーキ ★ミニにくまん ★しょうゆラーメン ★しょうゆうどん ★パンパンジー	3(火) 今日はひなまつり ★もものタルト にくじゃが ちらしずし はまぐりのうしおじる	4(水) 西中2-6のグループ考案メニュー ヨーグルト とりのからあげ(幼小①、中②) ブロッコリーサラダ ごはん もずくのみそしる 欠食: 中学3年	5(木) お弁当の日 	6(金) ☆中3ラスト給食☆ (中3のみ) てづくりカップケーキ ★ヨー(牛乳なし) (中3以外) こくとうむしケーキ ★サイコロステーキ むぎごはん コンソメスープ
あか	牛乳、ぶたにく、なると、わかめ、とりにく、肉まん	牛乳、はまぐり、とうふ、ぎゅうにく	牛乳、もずく、魚そうめん、とうふ、みそ、ひよこ豆、ツナ、とりにく、ヨーグルト	牛乳、ベーコン、ぎゅうにく、卵	
き	中華めん、ごま油、ごま、三温糖、お祝いケーキ	こめ、じゃがいも、三温糖、大豆油、もものタルト	こめ、ドレッシング、大豆油	こめ、麦、じゃがいも、三温糖、大豆油、ごま油、てんぷん、小麦粉、ココア、バター、グラニュー糖、卵、油、生クリーム、チョコ、くるみ、粉糖、黒糖蒸しケーキ、ヨー	
みどり	もやし、長ねぎ、たけのこ、コーン、にんにく、しょうが、にんじん、きゅうり、だいこん	にんじん、だいこん、こまつな、えのき、にんにく、玉ねぎ、長ねぎ、しいたけ、こんにゃく	玉ねぎ、だいこん、ブロッコリー、カリフラワー、きゅうり、にんじん、コーン	にんじん、かぼちゃ、玉ねぎ、キャベツ、セロリ、パセリ、にんにく、ピーマン、パプリカ	
小学校	E 668 P 29.4 F 24.8	E 590 P 19.6 F 15.5	E 640 P 23.2 F 18.3	E 714 P 28.8 F 24.6	
中学校	E 732 P 32.9 F 27.1	E 730 P 24 F 16.6	E 840 P 29.3 F 26.6	E 804 P 31.9 F 25.5	

こ ん だ て	9(月) しっかりかんで食べよう ★クレープ さばのしょうがに (幼小)キムタクごはん (中)とりごはん 欠食: 西中、東中3年	10(火) 牛乳飲んでる? ジャム (幼小)いちご (中)オレンジ だいずサラダ あみパン ミネストローネ 欠食: 東中、西中3年	11(水) 手洗いはカゼ予防の基本 (幼のみ) おいわいゼリー ヨー(牛乳なし) (幼以外) りんごゼリー パピイヤサラダ カルウムごはん ★ポークカレー 欠食: 中学3年
あか	牛乳、ぶたにく、とりにく、ひよこ豆、ひじき、油あげ、大豆、ちくわ、さば生姜煮	牛乳、ベーコン、ハム、大豆	牛乳、ぶたにく、豚レバー、白いんげん豆、ツナ
き	こめ、大豆油、ごま油、三温糖、クレープ	あみパン、じゃがいも、卵なしマヨネーズ、ジャム	こめ、じゃがいも、小麦粉、マーガリン、大豆油、ドレッシング、三温糖、お祝いゼリー、りんごゼリー、ヨー
みどり	キムチ、たくあん、玉ねぎ、長ねぎ、ピーマン、にんにく、しょうが、ごぼう、にんじん、にら、こんにゃく	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、ズッキーニ、セロリ、トマト、にんにく、パセリ、きゅうり、はくさい、コーン、いちご、オレンジ	玉ねぎ、にんじん、ピーマン、トマト、ウージパウダー、パルーン、にんにく、しょうが、パピイヤ、だいこん、きゅうり、パプリカ、コーン
小学校	E 716 P 24.9 F 28.1	E 572 P 22.4 F 20	E 686 P 21.8 F 20.9
中学校	E 776 P 27.9 F 25	E 659 P 25.6 F 22.4	E 821 P 26.2 F 23.7

1年生になっても、給食はあります!お楽しみに♪
給食で、いろんな食材や味を体験していこう(^ ^)

食

「食」という字は人を良くすると書きます。

健康なからだが毎日の食事がつくり出す。食べ物1つのものですべての栄養がとれるものではありません。少しづつでもたくさんの種類の食品をとることが大切です。自分の健康は自分で維持しましょう!バランスの良い食事、朝食をしっかりとり、とが健康につながります。

給食から、どんなことを学びましたか?

卒業や進級など節目を迎える時期となりました。給食は、「心と体の栄養になるように」「おいしく安心して食べられるように」など、たくさんの思いを込めて作っています。皆さんは、給食を食べながら、どんなことを感じ、学んだでしょうか?今年度の給食もあと少しで終わりです。この1年を振り返るとともに、残りの日々も給食をしっかりと食べて、元気に学校生活を送ってほしいと思います。



あなたの好きな給食は?

小学6年生と中学3年生に聞いた「もう一度食べたいあの給食!」がリクエスト給食として登場します。
★マーク・・・リクエスト給食です(^ ^)

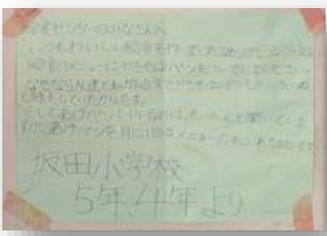
この1年間、幼稚園、各小中学校からたくさんのお手紙や感謝の言葉をもらいました!みなさんの気持ちや言葉は、調理場に届いています☆飾ってます☆ありがとうございました(^ ^)
「食べることは生きること」につながります。ぜひ「食」を大切に、楽しんでくださいね!



そのひとことが...



みんなのそのひとことが、毎日のエネルギーになっています。



「あたりまえ」にあらためて「ありがとう」



★学校給食費は、毎月10日までに納めましょう。給食費の納入はお済ですか?給食費の完納にご協力ください。