



令和8年 3月 きゅうしょくこんだてひょう

多良木町学校給食センター

にち	よう	しゅしょく	ぎゅうにゅう	おかず	おもなざいりょう			えいようりょう		ひとくちメモ
					あか ちやくやほねになる	き ねつやちからになる	みどり からだのちようしをととのえる	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	
2	月	しろごはん		★チキンカレー ヒレカツ ★フルーツヨーグルト	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ヨーグルト	パンこ てんぷん あぶら こめ じゃがいも ゼリー	たまねぎ にんじん にんにく しめじ グリンピース ぶどう もも みかん	小 699 中 858	25.5 31.7	<p>今月は、多良木小学校6年生のみなさんのリクエストメニューの中から多かったものを取り入れました。献立に★印をつけています。</p> <p>3月2日(月)の献立は『カツカレー』です。多良木中学校3年生のみなさんに給食センターから元気を届けます。</p> <p>19日(木)は、ふるさとくまさんデーです。『食育の日』に合わせて県内でとれる旬の食材を紹介しています。今月は【キャベツ】です。</p> <p>卒業生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。思い出に残る給食時間やお気に入りの献立はありましたか？6年生のみなさん、中学校でもしっかり食べて元気に頑張ってください。中学3年生のみなさん、卒業してもバランスのよい食事を心がけて健康に過ごしてくださいね。</p> <p>3月6日(金)は中学3年生のみなさんへ、3月19日(木)は小学6年生のみなさんの卒業をお祝いしてデザートがあります。お楽しみに！</p>
3	火	むぎごはん 支援学校中止		やさいつみれじる こまつなのおかかあえ ハンバーグのケチャップソースがけ ひなあられ	ぎゅうにゅう つみれ とうふ ちくわ かつおぶし ハンバーグ	こめ おぎ さとう ひなあられ	にんじん ほうれんそう たけのこ しいたけ ねぎ こまつな もやし	小 624 中 741	26.1 32.4	
4	水	しろごはん 支援学校中止		★コーンスープ かいそうサラダ とりにくのパンこやき	ぎゅうにゅう とりにく ちりめん かいそう アンチョビ	こめ てんぷん オリーブゆ パンこ	たまねぎ にんじん パセリ ほうれんそう コーン キャベツ だいこん にんにく パジル	小 630 中 723	22.7 27.6	
5	木	しろごはん		ごじる さけのしおやき みかん	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ だいず みそ さけ	こめ	ごぼう にんじん だいこん しいたけ こまつな みかん	小 548 中 687	25.5 31.2	
6	金	ソフトフランスパン 全小学校中止		ポトフ スパゲティサラダ おいわいクレープ	ぎゅうにゅう ウィナー ツナ	パン じゃがいも スパゲティ マヨネーズ クレープ	たまねぎ にんじん パセリ だいこん しめじ キャベツ レモン コーン きゅうり ほうれんそう	小 649 中 838	26.5 30.5	
9	月	カレーピラフ 多良木中中止		コンソメスープ ブロッコリーサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	こめ じゃがいも マヨネーズ	にんにく たまねぎ にんじん えだまめ キャベツ コーン パセリ ブロッコリー	小 599 中 701	19.4 23.7	
10	火	しろごはん		トマトスープ コールスローサラダ さかなのマヨネーズやき	ぎゅうにゅう ベーコン しろいんげんまめ ホキ	こめ あぶら じゃがいも コールスロードレッシング マヨネーズ	トマト ほうれんそう たまねぎ にんじん しめじ キャベツ きゅうり コーン パセリ	小 612 中 703	21.5 27.8	
11	水	むぎごはん 支援学校中止		うおそうめんのすましじる れんこんとぶたにくのみそいため	ぎゅうにゅう うおそうめん ちくわ とうふ わかめ ぶたにく みそ	こめ おぎ しらたき さとう あぶら	にんじん たまねぎ えのき ねぎ れんこん しょうが にんにく にんにくのめ	小 639 中 713	23.5 31.0	
12	木	しろごはん		ポークシチュー ひじきサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく ひじき ツナ	こめ じゃがいも あぶら マヨネーズ	にんじん たまねぎ にんにく マッシュルーム グリンピース キャベツ きゅうり レモン	小 631 中 702	20.1 26.3	
13	金	しょくパン マーシャルピーンズ		★コーンポタージュ キャベツのゆかりあえ とりにくのこうみやき	ぎゅうにゅう チーズ とりにく	パン じゃがいも あぶら マーシャルピーンズ	たまねぎ にんじん コーン パセリ キャベツ もやし あかしそ しょうが にんにく	小 611 中 777	26.7 30.9	
16	月	しろごはん		ハヤシライス ★ポテトサラダ いりこのあおりのあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム いりこ あおりの	こめ じゃがいも マヨネーズ マーガリン	にんじん たまねぎ にんにく グリンピース マッシュルーム きゅうり えだまめ レモン	小 627 中 768	24.5 29.0	
17	火	むぎごはん		にくじゃが はくさいのしおこんぶあえ	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ ちりめん	こめ おぎ あぶら じゃがいも しらたき さとう	しょうが にんじん たまねぎ しいたけ きぬさや はくさい こまつな こんぶ	小 588 中 692	20.2 26.0	
18	水	しろごはん		しるビーフン だいずとハムのサラダ ★とりにくのからあげ	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム だいず とりにく	こめ ビーフン マヨネーズ こむぎこ でんぷん あぶら	キャベツ きくらげ たけのこ しいたけ しょうが ねぎ もやし きゅうり コーン にんにく	小 651 中 799	27.4 31.9	
19	木	★わかめごはん		★うどん もやしのおかかあえ おいわいゼリー	ぎゅうにゅう わかめ とりにく ちくわ あぶらあげ かつおぶし	こめ うどん さとう ゼリー	たまねぎ にんじん しめじ しいたけ ねぎ もやし きゅうり	小 643 中 709	19.5 22.7	
23	月	むぎごはん 多良木小中止 多良木中中止		マーボーどうふ ナムル ぎょうぎ	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく だいず みそ ぎょうぎ	こめ さとう あぶら でんぷん ごまあぶら	しょうが にんにく たまねぎ たけのこ にんじん しいたけ ねぎ ほうれんそう もやし	小 511 中 697	22.9 27.0	

※材料の入荷、品質等により献立や食材を変更する場合があります。
 ☆乳・卵不使用のベーコン・ハム・マヨネーズ・マーガリンを使用しています。
 ☆調味料などの詳しい食材の内容は『食物アレルギー対応予定献立表』でご確認ください。

今年度も、給食へのご理解とご協力、
 ありがとうございます。

多良木町学校給食センター 職員一同

