

給食ピックアップ!!  
 ・みえ地物一番給食の日 13(木)、14(金)  
 三重県産の米、牛乳、油です。



・3(月)はひなまつりです。  
 健康を願いながらひなあられを食べましょう。



・20(木)は春分の日です。  
 21(金)におはぎを付けました。



予約について

マークシート 2月17日(月)  
 インターネット 2月20日(木)  
 (パソコン、スマートフォン)

予約サイト  
 QRコードはこちら



※予約の追加、取消、変更は1週間前の14:00まで可能ですが、  
 予約忘れがないように期日までに予約をしましょう。

## 令和7年3月 中学校給食献立予定表

日	献立名	食品名						栄養価 エネルギー kcal	給食実施日		
		赤(血や筋肉、骨格になるもの)		緑(体の調子を整えるもの)		黄(働く力や体温になるもの)			1年	2年	3年
		1群	2群	3群	4群	5群	6群				
3月	ご飯 牛乳		牛乳			米					
	ミックスフライ	サーモンマヨフライ、えびフライ					油				
	野菜と鶏肉のカレー炒め	鶏肉		小松菜, 人参	キャベツ	砂糖	油	740	○	○	×
	わかめときゅうりの酢の物	かにかま	わかめ	人参	きゅうり, もやし	砂糖					
	ひなあられ					ひなあられ					
4火	ご飯 牛乳		牛乳			米					
	ヤンニョムチキン	鶏肉, コチュジャン			にんにく	天ぷら粉, 片栗粉, 砂糖	油, ごま	884	○	○	×
	にんじんしりしり	卵, かつお節		人参	えのきたけ		油				
	和風スパゲティサラダ	ハム			きゅうり, コーン	スパゲティ	ドレッシング, ごま				
	白菜のポン酢あえ	油揚げ			白菜, もやし	砂糖	ごま				
5水	ご飯 牛乳		牛乳			米					
	豚肉の黒胡椒炒め	豚肉			玉ねぎ, キャベツ		油				
	チャブチユ	鶏肉		人参	もやし, しいたけ, にんにく, 生姜	春雨, 砂糖	ごま, ごま油	825	○	○	×
	ポテトサラダ			人参	グリーンピース, コーン, きゅうり	じゃがいも	ドレッシング				
	ぶどうゼリー					ぶどうゼリー					
7金	ご飯 牛乳		牛乳			米					
	照り焼きチキン	照り焼きチキン						739	○	○	×
	切昆布と油揚げの煮物	油揚げ, ツナ	昆布	人参	グリーンピース, コーン, 玉ねぎ	砂糖					
	チゲ風豚汁	豚肉, 豆腐, コチュジャン, みそ			白菜, しめじ, にんにく, 生姜						
10月	ご飯 牛乳		牛乳			米					
	ジャーチャン豆腐	厚揚げ, 豚肉		人参, にら	玉ねぎ, 生姜, にんにく	片栗粉	ごま油	841	○	○	×
	牛肉コロッケ					牛肉コロッケ	油				
	コーンサラダ	ハム		人参	キャベツ, コーン		ドレッシング				
	ほうれん草の煮浸し	ツナ, かつお節		ほうれん草	もやし, 白菜	砂糖					
11火	チャーハン 牛乳	卵, かにかま	牛乳		コーン	米					
	ブルコギボーク	豚肉, コチュジャン			キャベツ, もやし, にんにく	砂糖	ごま, ごま油	786	○	○	×
	ラトウユ	ベーコン		人参, トマト	なす, 玉ねぎ	じゃがいも, 砂糖	油				
	茎わかめのポン酢あえ		茎わかめ	人参	きゅうり, もやし	砂糖					
	杏仁フルーツ		杏仁豆腐		みかん, バインアップル						
12水	ご飯 牛乳		牛乳			米					
	きのこの和風スパゲティ			ほうれん草, バジル	しめじ, エリンギ, にんにく	スパゲティ	油	808	○	○	×
	鶏肉の中華炒め	鶏肉		人参	もやし, 大根, 生姜, にんにく		ごま, ごま油				
	じゃがいもと豚肉のうま煮	豚肉, かつお節		人参		じゃがいも, こんにゃく, 砂糖	油				
	プリン					プリン					
13木	ご飯 牛乳		牛乳			米					
	ほきフライ	ほきフライ					油				
	大根とがんものそぼろ煮	がんもどき, 豚肉		人参	大根	砂糖, 片栗粉		807	○	○	×
	ナムル		わかめ	人参	もやし		ドレッシング, ごま				
	ツナサラダ	ツナ			キャベツ, 玉ねぎ, コーン		ドレッシング				

日	献立名	食品名						栄養価 エネルギー kcal	給食実施日		
		赤（血や筋肉、骨格になるもの）		緑（体の調子を整えるもの）		黄（働く力や体温になるもの）			1年	2年	3年
		1群	2群	3群	4群	5群	6群				
14 金	ご飯 牛乳		牛乳			米		846	○	○	×
	キャベツメンチカツ 	キャベツメンチカツ					油				
	豚肉と野菜のコンソメ煮	豚肉, ミックスビーンズ		人参	キャベツ, 玉ねぎ	砂糖					
	ひじきサラダ 		ひじき		きゅうり, もやし, コーン		ドレッシング, ごま				
ココアワッフル					ココアワッフル						
17 月	ご飯 牛乳		牛乳			米		832	○	○	×
	牛肉のすき煮	牛肉		人参	白菜	こんにゃく, 砂糖					
	揚げ餃子	餃子					油				
	マカロニサラダ		チーズ		きゅうり, コーン	マカロニ	ドレッシング				
こんぶあえ		昆布	人参	キャベツ, もやし		ごま					
18 火	ご飯 牛乳		牛乳			米		863	○	○	×
	あじフライ	あじフライ					油				
	バジルスパゲティ			バジル	にんにく	スパゲティ	油				
	小松菜のねぎ塩炒め	ツナ		小松菜, 人参, ねぎ	もやし		油				
チキンカレー	鶏肉		人参	玉ねぎ	じゃがいも, カレールウ						
19 水	ご飯 牛乳		牛乳			米		791	○	○	×
	けいちゃん焼き	鶏肉, みそ		人参	キャベツ, 玉ねぎ, 生姜	砂糖	マーガリン, 油				
	ジャーマンポテト	ベーコン		パセリ	玉ねぎ	じゃがいも	マーガリン				
	もやしの中華サラダ		わかめ		もやし, きゅうり		ドレッシング, ごま				
	オレンジ				オレンジ						
	しそ昆布		しそ昆布								
21 金	ご飯 牛乳		牛乳			米		848	○	○	×
	鶏肉とやさいのうま煮	鶏肉, かつお節		人参	大根, 玉ねぎ, しいたけ	こんにゃく, 砂糖					
	厚揚げとネギのチリソース炒め	厚揚げ		人参	玉ねぎ, 白ねぎ, にんにく		ごま油				
	キャベツのごまあえ				キャベツ, もやし	砂糖	ごま				
おはぎ 					おはぎ						
24 月	ご飯 牛乳		牛乳			米		768	○	○	×
	豆腐ハンバーグ	豆腐ハンバーグ									
	ミートスパゲティ	豚肉		人参, トマト	玉ねぎ	スパゲティ	油				
	ほうれん草の煮浸し 	かつお節		ほうれん草	もやし, 白菜	砂糖					
レモンゼリー					レモンゼリー						

菰野町教育委員会

- ・ 献立や食材の一部を変更することがありますのでご了承ください。
- ・ 調理場では、他校の給食やお弁当なども同じ製造ラインで調理しておりますことをご承知ください。
- ・ カロリー表示は牛乳(1本あたり132kcal)を含んだものとなっております。
- ・ 食物アレルギー情報については、菰野町ホームページに掲載しておりますので、ご確認ください。
- ・ 給食に関するお問い合わせは、菰野町教育委員会事務局 (TEL:059-391-1155、FAX:059-391-1195)までお願い致します。