

3月学校給食献立表

貝塚市学校給食会

2025年(令和7年)

月	火	水	木	金
3 ひなあられ まぜずし とくにゅうみそしる	4 あげしゅうまい コッペパン はっぼうさい	5 ぶたキムチ ごはん かきたまじる	6 ノンエッグマヨネーズ ブロッコリーと コーンの サラダ コッペパン クリーム シチュー	7 とくにゅう プリン タルト ピピンバ わかめ スープ
10 ミートボールの ケチャップは コッペパン はくさいの スープ	11 フルーツ コンポート カツカレー ふくじんづけ	12 こうやどうふの にも かやく ごはん ぶたじる	13 もやしの ナムル こがね コッペパン わかめ ラーメン	14 てづくり ふりかけ さわらの たつたあげ ごはん たぬきじる
17 ぶたにくの しょうがいため せきはん もずくの すましじる	18 そつぎょうしき 卒業式 卒業証書	19 ふきと ぶたにくの きんぴら ごはん ごまふうみ みそしる	20 しゅんぶん 春分の日 ひ	21 わかさぎの からあげ コッペパン キャベツの スープに
24 しゅうりょうしき 修了式				 こんげつ 今月のかいづかもん (貝塚産の農産物) 5日(水) 三つ葉 19日(水) 三つ葉

※献立は内容を一部変更する場合があります。

 貝塚市内全校でかいづかもん(貝塚市内の農産物)を使っている日には、つけさんマークがついています。

がつ もくひょう
3月の目標



ねん はんせい
・1年の反省をしよう。



日	献立	おもにエネルギーの もとになる食品 【黄色のたべもの】	おもに体をつくる もとになる食品 【赤色のたべもの】	おもに体の調子を整える もとになる食品 【緑色のたべもの】	調味料・その他
3日 (月)	まぜずし	精白米 砂糖	牛乳 かまぼこ 高野豆腐 きざみのり	たけのこ にんじん 干しいたけ かんぴょう グリンピース	こいロしょうゆ 削り節 酢 塩
	豆乳みそ汁 ひなあられ	ひなあられ	鶏肉 うすあげ 豆乳 みそ	白菜 にんじん 大根 しめじ 春菊	削り節
4日 (火)	八宝菜	コッペパン ごま油 片栗粉 油	牛乳 豚肉 いか	たけのこ 白菜 玉ねぎ にんじん 緑豆もやし 干しいたけ 土しょうが	鶏がら 中華スープ 塩 コショウ うすロしょうゆ 酒
	揚げしゅうまい	揚げ油	しゅうまい		
5日 (水)	豚キムチ	精白米 ごま油 砂糖 ねりごま	牛乳 豚肉	白菜キムチ 緑豆もやし 玉ねぎ にんにく	こいロしょうゆ
	かきたま汁		鶏肉 かまぼこ 卵	にんじん 三つ葉 えのきたけ	うすロしょうゆ 削り節
6日 (木)	クリームシチュー	コッペパン じゃがいも 油 バター 白花豆&白いんげん豆ペースト 小麦粉	牛乳 鶏肉 ベーコン 牛乳 生クリーム	玉ねぎ にんじん しめじ グリンピース	鶏がら コンソメ 塩 コショウ
	ブロッコリーとコーンのサラダ	ノンエッグマヨネーズ		ブロッコリー コーン	塩
7日 (金)	ピピンバ	精白米 油 砂糖 すりごま ごま油	牛乳 牛肉	ぜんまい水煮 大豆もやし 小松菜 にんじん 青ねぎ	こいロしょうゆ 塩 ラー油
	わかめスープ 豆乳プリンタルト	豆乳プリンタルト	わかめ	キャベツ にんじん えのきたけ 青ねぎ	鶏がら うすロしょうゆ 塩 中華スープ コショウ
10日 (月)	ミートボールのケチャップ煮 白菜のスープ	コッペパン 油 砂糖 油	牛乳 ミートボール ベーコン 卵	玉ねぎ しめじ 白菜 玉ねぎ にんじん	ケチャップ ソース コンソメ 鶏がら コンソメ うすロしょうゆ 塩 コショウ
	カツカレー 福神漬け フルーツコンポート	精白米 じゃがいも 油 揚げ油 砂糖	牛乳 鶏肉 ヒレカツ	玉ねぎ にんじん 福神漬け りんご 黄桃缶 アロエ缶	カレールウ 塩 コショウ ソース ガーリックパウダー
12日 (水)	かやくごはん	精白米	牛乳 鶏肉 うすあげ	にんじん たけのこ つきこんにゃく	出し昆布 削り節 こいロしょうゆ 酒
	豚汁 高野豆腐の煮物	砂糖	豚肉 うすあげ 平天 みそ 高野豆腐	大根 玉ねぎ しめじ 青ねぎ つきこんにゃく にんじん さやいんげん	削り節 みりん うすロしょうゆ 塩 削り節
13日 (木)	わかめラーメン	小型コッペパン ちゃんぽん麺 ごま油	牛乳 焼き豚 わかめ	コーン にんじん 青ねぎ	うすロしょうゆ みりん 中華スープ 塩 コショウ 鶏がら 削り節
	もやしのナムル	ごま油 砂糖	ハム	緑豆もやし きゅうり 土しょうが	こいロしょうゆ 酢
14日 (金)	さわらの竜田揚げ たぬき汁	精白米 片栗粉 揚げ油 片栗粉	牛乳 さわら 平天 うすあげ	土しょうが こんにゃく にんじん えのきたけ 大根 白菜 青ねぎ 土しょうが	こいロしょうゆ うすロしょうゆ 酒 うすロしょうゆ 削り節
	手作りふりかけ	油 砂糖 すりごま	削り節		こいロしょうゆ みりん
17日 (月)	赤飯 もずくのすまし汁 豚肉のしょうが炒め	精白米 もち米 小豆 油 片栗粉 砂糖	牛乳 かまぼこ もずく 卵 豆腐 豚肉	えのきたけ 青ねぎ 土しょうが 玉ねぎ	塩 うすロしょうゆ 酒 塩 削り節 塩 コショウ みりん こいロしょうゆ
	焼きビーフン	小型コッペパン ビーフン ごま油 ラード	牛乳 豚肉	キャベツ にんじん たけのこ なら 土しょうが 干しいたけ	酒 ソース 中華スープ 塩 コショウ
19日 (水)	鶏肉のさっぱり煮	砂糖	鶏肉	にんにく 土しょうが	酢 こいロしょうゆ
	ふきと豚肉のきんぴら ごま風味みそ汁	精白米 油 砂糖 ごま油 ねりごま	牛乳 豚肉 豆腐 うすあげ わかめ みそ	ふき水煮 にんじん 大根 三つ葉 えのきたけ	みりん 酒 こいロしょうゆ 削り節
21日 (金)	キャベツのスープ煮	コッペパン 手亡豆	牛乳 チキンウインナー	キャベツ 玉ねぎ にんじん コーン	鶏がら ローリエ うすロしょうゆ コンソメ 塩 コショウ
	わかさぎのからあげ	揚げ油	わかさぎ(片栗粉付)		

今月の栄養価

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	ナトリウム (食塩相当量) (g)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRAE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)
今月平均	631	25.0	20.0	2.6	318	74	1.8	199	0.53	0.56	18	3.8
文科省基準	650	21~33	14~22	2.0未満	350	50	3.0	200	0.40	0.40	25	4.5以上

※令和7年度から「えび・アーモンド・いか」を使わない献立を検討します

学校給食における食物アレルギー対応については、「学校給食における食物アレルギー対応の手引き(貝塚市版)」に沿って対応していますが、食物アレルギー事故発生ゼロをめざし、手引きの改訂を行いました。その結果、「えび」「アーモンド」及びえびと一緒にアレルギー原因食物となることが多い「いか」を提供する食材から外すこととしました。令和7年度から「えび・かに・くるみ・そば・落花生・アーモンド・いか」の7品目は本市の給食では提供しないこととなりますが、今後もおいしく多様な給食を提供するため、新たな食材の研究や献立の工夫に努めてまいりますので、ご理解を賜りますようお願いいたします。