

# 令和8年3月 こんだてひょう

犬山市立犬山北小学校

日	曜	こんだてめい 献立名	主な材料とその働き					
			からだづく 体を作る		からだまわし 体の調子を整える		からだを動かすエネルギーになる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品	牛乳・乳製品・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いも・砂糖	油・脂肪・種実
2	月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		マーボー豆腐	ふたにく ふたしパーチップ だいすミト とうふ あかみそ		にんじん ねぎ	たまねぎ しょうが にんにく	でんぷん さとう	あぶら ごまあぶら
		あいちのやさいはるまき			あいちのやさいはるまき			あぶら
		もやしちゅうかあえ			にんじん	もやし きゅうり	さとう	ごま ごまあぶら
3	火	ちらしずし ぎゅうにゅう	あぶらあげ さけフレーク	ぎゅうにゅう		れんこん しいたけ	アルファーかまい さとう	
		ハンバーグのわふうにこみ <b>ひなまつり</b>	ハンバーグ			たまねぎ しょうが	さとう	
		さんしょくあえ	かつおぶし		ほうれんそう にんじん	もやし		ごま
		わかめじる	かまぼこ とうふ	わかめ	にんじん ねぎ			
4	水	あげパン(きなこ) ぎゅうにゅう	きなこ	ぎゅうにゅう			ロールパン	
		しおやきそば	ふたにく いか ちくわ		にんじん にら	キャベツ もやし しょうが にんにく	やきそばめん	ごまあぶら
		コールスローサラダ	ハム		にんじん	コーン きゅうり キャベツ	さとう	あぶら
		おいわいクレープ(6ねんせい)					おいわいクレープ	
5	木	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		さばのぎんがみやき	さばぎんがみやき					
		ゆかりあえ			にんじん ゆかりこ	キャベツ きゅうり		
		のっぺいじる	とりにく とうふ		にんじん ねぎ	ごぼう だいこん こんにゃく	さといも でんぷん	
6	金	ごもくごはん ぎゅうにゅう	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	ごぼう こんにゃく	アルファーかまい さとう	
		コロッケ					コロッケ	あぶら
		ふたにくとだいこんのもの	ふたにく あつあげ はんぺん		にんじん	だいこん	さとう	あぶら
		こまつなとツナのあえもの	オイルツナ		こまつな	もやし		ごま
9	月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		あじのしおやき	あじ					
		ごもくきんぴら	とりにく ちくわ		にんじん	ごぼう グリンピース こんにゃく	さとう	ごま あぶら ごまあぶら
		かきたまじる	たまご かまぼこ		にんじん ねぎ	しいたけ	でんぷん	
10	火	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			むぎ こめ	
		ねぎしおふたどんのく	ふたにく		ねぎ こまつな	もやし たまねぎ にんにく	でんぷん	ごま ごまあぶら
		なめこじる	あぶらあげ あかみそ	わかめ	ねぎ	なめこ だいこん		
		ヨーグルト		ヨーグルト				
11	水	ロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ロールパン	
		ケバブふうチキン	とりにく	ヨーグルト	パプリカ	にんにく たまねぎ		
		チョコバナナ <b>おみやげ かんさいはんぱくこんだて 大阪・関西万博献立 ~トルコ~</b>			あかピーマン	キャベツ きゅうり レモンじる	さとう	あぶら
		レンズまめのスープ	レンズまめ ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも	
12	木	ひじきごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう ひじき			アルファーかまい さとう	
		いかフライのレモンに	いかフライ			レモンじる	さとう	あぶら
		やさいのなめたけあえ			こまつな にんじん	もやし なめたけ		ごま
		けんちんじる	とりにく とうふ		にんじん ねぎ	ごぼう だいこん こんにゃく		
13	金	ソフトめん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ソフトめん	
		たいわんまぜそば	ふたにく とりにく あかみそ		ねぎ にら	たまねぎ たけのこ にんにく	さとう でんぷん	あぶら ごまあぶら
		やきぎょうざ	ぎょうざ					あぶら
		ちゅうかサラダ	ハム	かんてん	にんじん	きゅうり キャベツ	さとう	ごまあぶら
16	月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		チキンチキンごぼう	とりにく		えだまめ	しょうが ごぼう	でんぷん さとう	あぶら
		やさいのしそひじきあえ		しそひじき	にんじん	もやし きゅうり		
		ごじる	ふたにく とうふ ミックス みそ とうにゅう		にんじん ねぎ	えのきたけ しょうが こんにゃく	じゃがいも	
17	火	ゆかりわかめごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう わかめ		しそこ	こめ	
		でんがくふうあつあげのにくみそがらめ	あつあげ とりにく あかみそ		さやいんげん	たまねぎ	さとう	あぶら ごま
		はくさいのしおこんぶあえ	ちくわ	しおこんぶ	こまつな にんじん	はくさい コーン		
		すましじる	あぶらあげ	わかめ	ねぎ	だいこん えのき	さといも	
18	水	ほうじちやとうにゅうプリン <b>毎月19日は 食育の日</b>	とうにゅう きなこ	アガー			さとう くらみつ	
		せきはん ぎゅうにゅう	あずき		ぎゅうにゅう		こめ	
		ホキのあげに <b>そつぎょういらいこんだて 卒業祝い献立</b>	ホキ			しょうが	でんぷん さとう	あぶら
		キャベツのおかかあえ	かつおぶし		にんじん	キャベツ		
23	月	おいわいじる	とうふ かまぼこ	わかめ	ねぎ にんじん	えのきたけ		
		デコボン				デコボン		
		むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ むぎ	
		カレー	ふたにく ふたしパーチップ		にんじん	たまねぎ	じゃがいも	あぶら
23	月	えだまめサラダ	ハム		きゅうり	えだまめ コーン キャベツ	さとう	あぶら
		おいわいクレープ(1~5ねんせい)					おいわいクレープ	

- ・食材は、体の中の働きによって3つの仲間に分けられています。
- ・汁物のだしには、煮干しやむろあじ、昆布などを使用しています。
- ・毎月19日は「食育の日」として、愛知県や犬山市の食材を使った献立が登場します。今月は17日に、愛知県産の食材を活用した献立を紹介します。
- ※ 献立内容は都合により変更することがあります。

### ○給食欠食の取扱いについて

連続して4日以上欠席又は出席停止が見込まれる場合、保護者から欠食の申し出があれば、申し出日から起算して6日目(土日祝含む)より対応可能です。復食日が決まっている場合は併せてお伝え下さい。予定より早く登校可能となった際は、弁当の持参をお願いする場合がありますのでご了承をお願いします。