



令和7年 3月献立表



犬山市立南部中学校

今月の目標			1年間の食生活を振り返ろう					
日	曜	献立名	体の中での働き					
			主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる	
			1群 (魚・肉・卵・豆・豆製品)	2群 (牛乳・乳製品・小魚・海藻)	3群 (緑黄色野菜)	4群 (その他の野菜・果物)	5群 (穀類・いも類・砂糖)	6群 (油脂)
3	月	ちらし寿司 牛乳	油揚げ 鮭	牛乳		かんぴょう しいたけ えだまめ	アルファ化米 砂糖	
		愛知のれんこん入りつくね(2)	愛知のれんこん入りつくね					
		ほうれん草ともやしのお浸し	かつおぶし		ほうれん草 にんじん	もやし		
		わかめ汁	豆腐 かまぼこ	わかめ	にんじん ねぎ	えのきだけ		
		ひなあられ 桃の節句献立					ひなあられ	
4	火	やきそば 牛乳	豚肉 焼き竹輪	牛乳 あおのり	にんじん	キャベツ もやし しょうが	焼きそば	油
		揚げパン(シナモン)					パン 砂糖	油
		ごぼうとささみのサラダ	ささみオイル漬		にんじん	ごぼう きゅうり		ごま
		はちみつレモンゼリー					はちみつレモンゼリー	
5	水	麦ご飯 牛乳		牛乳			米 大麦	
		茶葉入りハンバーグ	牛肉 豚肉 おから		トマトケチャップ	たまねぎ れんこん	ばれいしょでんぷん 砂糖	
		コーンサラダ 名古屋経済大学 学生考案献立			にんじん	コーン キャベツ きゅうり	砂糖	油
		野菜たっぷりスープ			にんじん パセリ	たまねぎ だいこん はくさい	じゃがいも	
6	木	赤飯 牛乳		牛乳			赤飯	
		鶏のから揚げ(2)	鶏肉			しょうが	ばれいしょでんぷん	油
		野菜の昆布和え		塩昆布	にんじん	キャベツ もやし		
		お祝いすまし汁	祝型かまぼこ 豆腐		にんじん ねぎ	しいたけ		
		お祝いクレープ 卒業お祝い献立					クレープ(お祝いイチゴ)	
7	金	卒業式						
10	月	ご飯 牛乳		牛乳			米	
		そぼろ丼の具	鶏肉 大豆			しょうが たまねぎ えだまめ	砂糖	油
		チンゲン菜のたくあん和え			チンゲン菜	たくあん		ごま
		豚汁	豚肉 豆腐 油揚げ みそ		にんじん ねぎ	だいこん ごぼう	じゃがいも こんにゃく	
11	火	ヨーグルト		ヨーグルト				
		ご飯 牛乳		牛乳			米	
		豚肉と大根の煮物	豚肉 はんぺん		にんじん	だいこん	砂糖	油
		さわらの塩焼き	さわら					
12	水	ゆかり和え			にんじん ゆかり粉	キャベツ きゅうり		
		チキンライス 牛乳	鶏肉	牛乳	にんじん トマトケチャップ	たまねぎ マッシュルーム	アルファ化米	油
		コロッケ					コロッケ	油
		ビーンズサラダ	ミックスビーンズ ツナ			きゅうり キャベツ		
13	木	コンソメスープ	ベーコン		にんじん パセリ	たまねぎ コーン	じゃがいも	
		ご飯 牛乳		牛乳			米	
		肉じゃが	豚肉 高野豆腐		にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも こんにゃく 砂糖	油
		厚焼き卵焼き	厚焼き卵焼き					
14	金	切干大根のなめたけ和え			こまつな にんじん	切干大根 なめ茸		ごま
		中華麺 牛乳		牛乳			めん	
		しょうゆラーメンのスープ	豚肉 なんと	わかめ	にんじん ねぎ	コーン もやし キャベツ		ごま油
		白身魚の甘酢あんかけ	米粉ホキフライ		にんじん	たまねぎ しいたけ	砂糖	油
17	月	もちもち焼きチョコ餅	絹豆腐 豆乳				砂糖 白玉粉	油
		ご飯 牛乳		牛乳			米	
		小籠包(2)				小籠包		
		もやしのナムル			にんじん	もやし きゅうり	砂糖	ごま油 ごま
18	火	春雨スープ	鶏肉		にんじん チンゲン菜	しょうが しいたけ	はるさめ	
		美唄のとおりめし 牛乳	鶏肉 油揚げ	牛乳	にんじん	しょうが たまねぎ しいたけ	アルファ化米 砂糖	油
		にしんのフライ	にしんフライ					油
		野菜のごま和え			ほうれん草 にんじん	はくさい		ごま
19	水	いもだんご汁	豆腐		ねぎ にんじん	ごぼう だいこん	じゃがもちボール こんにゃく	
		麦ご飯 牛乳		牛乳			米 大麦	
		けんちん信田の煮物	けんちんしのだ			しょうが	砂糖	
		小松菜のツナ和え	ツナ		こまつな にんじん	もやし		
21	金	呉汁	豚肉 豆腐 みそ 豆乳 白いんげん豆ペースト		にんじん ねぎ	えのきだけ しょうが	じゃがいも こんにゃく	
		ご飯 牛乳		牛乳			米	
		ハヤシライス	豚肉		にんじん トマトケチャップ	たまねぎ グリンピース マッシュルーム	じゃがいも	油
		キャベツ入りメンチカツ				キャベツ入りメンチカツ		油
ひじきのマリネ	ハム	米ひじき	こまつな	キャベツ	砂糖	油		

★牛乳は毎日つきます。
★都合により献立が変更になる場合がありますがご了承ください。
★食材は、体の中での働きによって6群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。
★犬山子ども食育応援団に登録いただいている地元生産者の方々の協力により、地元の食材を使用予定です。安心・安全で新鮮な旬の食材を提供いただいております。

○給食欠食の取扱いについて
病気やけが等による長期(連続して4日以上)の欠席又は出席停止が見込まれる場合、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。
※アレルギー欠食は除きます
復食については決まっている場合は併せてお伝えください。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子承をお願いします。

給食回数：1・2年生 13回
3年生 4回