

2がつよていこんだてひょう(小学校)



令和7年



東庄町教育委員会教育課給食係(学校給食センター)

日	よう び		こんだてめい		おもなざいりょうとはたらき						えいようか			
			しゅしよく	さやう にん	お か ず	からだをつくるものになる	からだのちようしきをとのえる	ねつやちからのものになる						
3	月	ごはん (のりたまふりかけ)	○	いわたしのオレンジに マカロニサラダ とんじる ふくまめ	だいき ぶたにく いわし みそ とうふ	ぎゅうにゆう	にんじん	きゅうり コーン ごぼう だいこん ながねぎ	こめ さいいも マカロニ こんにやく	マヨネーズ	663	29.2	2.2	
4	火	ごはん (こんぶつくだに)	○	ポークチャップ はなやさいサラダ(マヨネーズ) かきたま汁	ぶたにく たまご こんぶ とうふ	ぎゅうにゆう	ブロッコリー ほうれんそう にんじん	にんにく しいたけ カリフラワー ながねぎ	こめ かたくりこ さとう	あぶら マヨネーズ	736	31.4	2.9	
5	水	ごはん	○	プレーンオムレツ ハヤシライス ポイルやさい(ばいせんごまドレッシング)	たまご ぶたにく	ぎゅうにゆう	にんじん	たまねぎ りんご マッシュルーム キャベツ もやし	こめ ハヤシルウ バター ドレッシング		734	27.9	2.4	
6	木	ごはん	○	いかフライ(ソース) かぶとぶたにくのあまからいため すましじる とうにゆうパニラだいふく	いか ぶたにく なると とうふ	ぎゅうにゆう わかめ	かぶのは にんじん	かぶ ながねぎ	こめ さとう だいふく	あぶら ごまあぶら	753	30.0	2.9	
7	金	ラーメン	○	ぎょうざ(2こ) みそラーメンスープ フルーツいりあんにんどうふ	ぶたにく みそ	ぎゅうにゆう あんにんどうふ	にんじん	にんにく たまねぎ もやし ながねぎ パイン もも	ちゅうかめん こむぎこ	あぶら	616	22.5	3.0	
10	月	ごはん	○	ショーロンポー(2こ) ぶたにくのブルコギふう はるさめスープ とうにゆうブルーベリーヨーグルト	ぶたにく ベーコン とうにゆうヨーグルト なると とうふ	ぎゅうにゆう わかめ	パプリカ にら にんじん	たまねぎ にんにく ながねぎ もやし	こめ こむぎこ はるさめ	ごまあぶら あぶら	795	35.1	2.8	
12	水	ごはん	○	さけのおやき にくじゃが アーモンドいりチョコタルト にらたまスープ	さけ ぶたにく たまご	ぎゅうにゆう	にんじん にら	たまねぎ いんげん	こめ さとう じゃがいも しらたき タルト	あぶら アーモンド	766	30.2	2.4	
13	木	ごはん	○	てづくりんカツ(ソース) ポイルキャベツ(あおじそドレッシング) みそ汁 とうにゆうココアプリン	ぶたにく みそ とうふ あぶらあげ	ぎゅうにゆう	にんじん こまつな	キャベツ だいこん ながねぎ	こめ こむぎこ	あぶら ドレッシング	737	28.9	2.3	
14	金	せわりパン	○	ケチャップフランクソーセージ やきそば 東庄のフルティカトマト ハートのわかめスープ	フランクソーセージ ぶたにく とうふ ハートのかまぼこ	ぎゅうにゆう わかめ	にんじん ピーマン トマト	キャベツ たまねぎ ながねぎ	パン さとう ちゅうかめん	あぶら	619	25.1	4.1	
17	月	ごはん	○	いりたまご やさしいりぶたそぼろ なめこじる やきプリンタルト	あぶらあげ ぶたにく みそ とうふ たまご	ぎゅうにゆう	にんじん ほうれんそう	なめこ ながねぎ	こめ さとう タルト		766	30.8	2.4	
18	火	ごはん	○	やさしいコロッケ(ソース) ちゅうかどんのぐ ナタデココフルーツゼリー	ぶたにく うずらたまご	ぎゅうにゆう	にんじん	しょうが たけのこ キャベツ もやし もも パイン	こめ ゼリー じゃがいも かたくりこ	あぶら ごまあぶら	761	23.7	2.6	
19	水	ごはん	○	さばのみそに あつあげそぼろあんかけ けんちん汁	さば とりにく みそ ぶたにく あつあげ とうふ	ぎゅうにゆう	こまつな	だいこん ながねぎ ごぼう	こめ さといも さとう こんにやく	ごまあぶら あぶら	786	31.0	3.0	
20	木	ごはん	○	チキンナゲット(2こ) ポークカレー ヨーグルトあえ	チキンナゲット ぶたにく	ぎゅうにゆう ヨーグルト	にんじん	たまねぎ パイン りんご しょうが にんにく もも	こめ じゃがいも	カレーウ あぶら	805	27.5	2.6	
21	金	シュガートースト	○	スコッチエッグ ミネストローネスープ デコボン	たまご とりにく ベーコン	ぎゅうにゆう	にんじん トマト	たまねぎ にんにく デコボン	パン マカロ じゃがいも グラニューとう	マーガリン オリーブオイル	719	24.8	2.7	
25	火	きゅうしよく ちゅうし び 給食中止日												
26	水	きゅうしよく ちゅうし び 給食中止日												
27	木	ごはん	○	はるまき もものあんにんどうふ マーボーとうふ チョレギサラダ	とうふ ぶたにく	ぎゅうにゆう わかめ のり あんにんどうふ	にんじん にら	たけのこ きゅうり ながねぎ キャベツ しょうが にんにく	こめ こむぎこ	あぶら ごま ごまあぶら ドレッシング	809	27.5	2.7	
28	金	メロンパン	○	ほうれんそうグラタン カレーポタージュ ツナサラダ	とりにく ツナ	ぎゅうにゆう	ほうれんそう にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ きゅうり もやし	パン マカロニ	あぶら ドレッシング	636	27.7	3.1	
※材料その他の都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。											今月の平均値	728	28.5	2.7
※この献立表は主な使用材料を示したもので、食物アレルギー資料ではありません。											基準値	650	27.6	2.0

※材料その他の都合により、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

※この献立表は主な使用材料を示したもので、食物アレルギー資料ではありません。

今月の平均値	728	28.5	2.7
基準値	650	27.6	2.0

有限会社ブライトピック千葉様より千葉県産豚肉「志澤豚一米仕上げ」をいただきました。

東庄町、香取市、旭市、銚子市に農場があり、その地域のお米を食べて育った豚肉です。飼料米を食べた豚の堆肥を、飼料米を作る肥料として使う循環型農業を行っています。

4日～14日の給食で使います。感謝の気持ちを込めて食べましょう。