



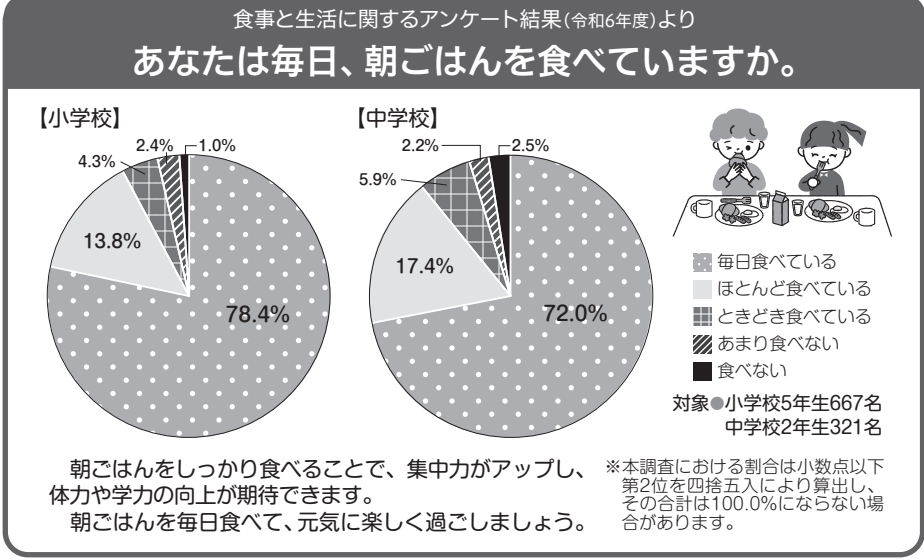
令和7年 3月分献立表



豊川市学校給食課(学校給食センター)

日 曜	献立名	主な食品とその動き						メモ欄
		赤／体を作る		緑／体の調子を整える		黄／エネルギーになる		
		1 群 魚・肉・卵 大豆・大豆製品	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・きのこ	5 群 米・パン・めん いも・砂糖	6 群 油脂・種実	
3 月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		ひなまつり献立
	白みそ汁	白みそ	わかめ	にんじん はねぎ	たまねぎ だいこん えのきたけ	じゃがいも		
	花型とうふハンバーグ	とり肉 とうふ おから		にんじん	たまねぎ にんにくペースト しょうがペースト	さとう	油	
	やさいソテー			にんじん こまつな	キャベツ		油	
	ひなあられ		こんぶ 青のり	トマトパウダー パプリカパウダー ほうれんそうパウダー		うるち米 さとう でんぶん		
4 火	白玉うどん 牛乳		牛乳			白玉うどん		
	カレーなんばん	とり肉 冷凍油揚げ		にんじん	しいたけ はくさい 根深ねぎ			
	ぶりの竜田揚げ	ぶり			しょうが	でんぶん	油	
	コーンサラダ	コーンドレッシング			キャベツ きゅうり コーン		コーンドレッシング	
5 水	麦ごはん 牛乳		牛乳			ごはん 大麦		豊川産ミニトマトの 日 びびんぱ: 麦ごはん にびびんぱの具をの せ、まぜながら食べま しょう。
	わかめスープ	なるとまき	わかめ	チンゲンサイ	たまねぎ はくさい コーン			
	びびんぱ	牛肉		にんじん ほうれんそう	にんにく 大豆もやし	さとう でんぶん	油 いりごま	
	ミニトマト(2こ)			ミニトマト				
	㊥角チーズ		角チーズ					
6 木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	煮しめ	とり肉 揚げはん		にんじん さやいんげん	干しいたけ ごぼう れんこん こんにゃく	さといも さとう		
	厚焼きたまご	鶏卵				さとう でんぶん	油	
	きゅうりあえ 【きゅうり漬】				キャベツ きゅうり きゅうり漬 【きゅうり】	【さとう】		
7 金	ごはん はっこう乳		はっこう乳			ごはん		はっこう乳: 学校配送
	ぶた汁	ぶた肉 とうふ 赤みそ		はねぎ	たまねぎ だいこん えのきたけ			
	キャベツ入りメンチカツ	牛肉 ぶた肉			キャベツ たまねぎ	でんぶん パン粉 さとう 小麦粉 コーンフラワー	油	
	ひじきと大豆の煮付け	水煮大豆 冷凍油揚げ	ひじき	にんじん	たけのこ	さとう	油	
10 月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	はるさめスープ	なるとまき		はねぎ	たまねぎ コーン えのきたけ	はるさめ		
	酢ぶた	ぶた肉		にんじん ピーマン 赤ピーマン	たまねぎ たけのこ 干しいたけ	米粉 さとう	油	
	きよみみかん				きよみみかん			
11 火	麦ごはん 牛乳		牛乳			ごはん 大麦		
	米粉のチキンカレーライス	とり肉 豆乳		にんじん	たまねぎ	じゃがいも	油	
	切り干しだいこんのサラダ	ごまドレッシング			切り干しだいこん コーン きゅうり		ごまドレッシング	
	福神漬			しそ	だいこん うり なす れんこん きゅうり しょうが なた豆	さとう		
12 水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	マーボーだいこん	ぶた肉 冷凍生揚げ 赤みそ			しょうが にんにく たまねぎ だいこん むきえだ豆	さとう でんぶん	油	
	しゅうまい(㊤2こ・㊥3こ)	ぶた肉 とり肉 たら			たまねぎ	でんぶん パン粉 さとう 小麦粉	油	
	ボイルもやし			こまつな	もやし			
13 木	クロスロールパン 牛乳		牛乳			クロスロールパン		
	米粉のホワイトシチュー	とり肉 豆乳		にんじん パセリ	たまねぎ はくさい	じゃがいも	油	
	オムレツ	鶏卵				でんぶん さとう	油	
	フルーツカクテル 【いちごゼリー】				みかんレトルト パインレトルト いちごゼリー 【いちごペースト】	【さとう】		
14 金	㊤赤はん ㊥ごはん 牛乳		牛乳			㊤ごはん もち米 あずき ㊥ごはん		小学校お祝い献立 ㊤米粉のいちごクレー プ: 学校配送
	すまし汁	さくら型かまぼこ 冷凍とうふ	にんじん みつば	たまねぎ えのきたけ				
	いかフライのレモン煮	いか		レモン果汁	パン粉 小麦粉 コーンフラワー さとう でんぶん	油		
	ごまあえ		にんじん こまつな	キャベツ	さとう	すりごま		
	㊤米粉のいちごクレープ	豆乳 大豆粉			いちごピューレー いちご果汁 レモン果汁	さとう 米粉	油	
17 月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	かきたまスープ	とうふ 液卵	にんじん はねぎ	たまねぎ たけのこ	でんぶん			
	愛知のやさいはるまき	とり肉	にんじん	キャベツ れんこん	でんぶん さとう 小麦粉	油		
	もやしソテー		にんじん	もやし		油		
	かんそう小魚		かたくちいわし		さとう			
18 火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	やさいのふくめ煮	揚げはん こうやどうふ	にんじん さやいんげん	たまねぎ たけのこ 干しいたけ	じゃがいも さとう			
	とりのてり焼き	とり肉			さとう でんぶん			
	きよみみかん			きよみみかん				
19 水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
	肉どうふ	ぶた肉 冷凍とうふ	にんじん はねぎ	たまねぎ たけのこ	さとう でんぶん	油		
	いわしのしょうが煮	いわし		しょうが	さとう でんぶん			
	赤しそあえ		赤しそ粉	キャベツ きゅうり				

●献立表の㊤は小学校、㊥は中学校です。 ●食物アレルギーの確認は加工食品アレルギー表示表をご覧ください。 ●太字は愛知県で作られた食品です。
●調味料やだし等については予定献立表をご覧ください。 ●都合により献立及び食品を変更する場合があります。



給食レシピの紹介 すまし汁

〈材料(4人分)〉

- ・厚削節 12g
- ・だし用こんぶ 1g
- ・にんじん(いちょう切り) 40g
- ・たまねぎ(1/2スライス) 160g
- ・えのきたけ(半分に切る) 40g
- ・かまぼこ(いちょう切り) 20g
- ・とうふ(さいのめ切り) 120g
- ・みつば(1cm) 12g
- ・うすくちしょうゆ 大さじ1と1/3

〈作り方〉

- ①厚削節とだし用こんぶでだしをとる。
- ②だし汁の中ににんじん、たまねぎ、えのきたけ、かまぼこ、とうふの順に加えて煮る。
- ③うすくちしょうゆで味をととのえ、みつばを加えて仕上げる。

3月の「豊川産〇〇の日」

豊川でつくられた食材です！

ミニトマト

農業は天候に左右されて難しいこともありますが、食べた人の笑顔 pensando、頑張って作っています。

豊川市当古町 酒井 一憲さんです。

C いなりん

学校給食課

予定献立表・加工食品アレルギー表示表・給食レシピ・食材産地などは豊川市学校給食課のホームページでご覧いただけます。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です