



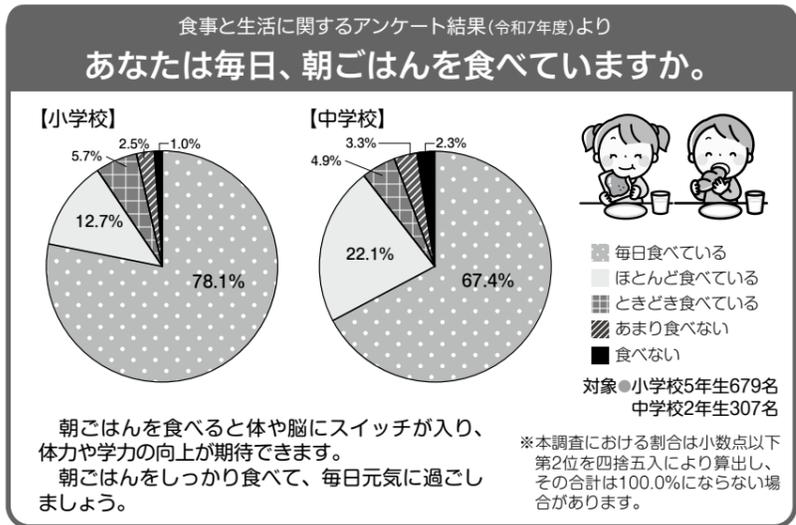
# 令和8年 3月分献立表



豊川市学校給食課(学校給食センター)

日 曜	献立名	主な食品とその働き						メモ欄
		赤/体をつくる		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	
2月	麦ごはん 牛乳 わかめスープ ピビンパ ミニトマト(2こ) 型ぬきチーズ		なるとまき わかめ 牛肉	牛乳	にんじん ほうれんそう ミニトマト	たまねぎ はくさい えのきたけ コーン にんにく 大豆もやし	ごはん 大麦 さとう でんぷん 油 いりごま	豊川産ミニトマトの日 ピビンパ:麦ごはん にピビンパの具をの せ、まぜながら食べま しょう。
3火	ごはん 牛乳 白みそ汁 ぶりの竜田揚げ やさいソテー ひなあられ		白みそ ぶり	牛乳 わかめ	にんじん はねぎ	たまねぎ だいこん えのきたけ しょうが	ごはん じゃがいも でんぷん 油 油	ひなまつり献立
4水	麦ごはん 牛乳 米粉のカレーライス 切り干しだいごんのサラダ 福神漬	ごまドレッシング	ぶた肉 豆乳	牛乳	にんじん	たまねぎ 切り干しだいごん コーン きゅうり	ごはん 大麦 じゃがいも 油 ごまドレッシング	
5木	ごはん 牛乳 やさいのふくめ煮 五目厚焼きたまご 赤しそあえ	ココア糖	揚げはん こうやどうふ 鶏卵	牛乳 ひじき	にんじん さやいんげん ほうれんそう にんじん 赤しそ粉	たまねぎ たけのこ 干しいたけ しいたけ グリーンピース キャベツ きゅうり	ごはん ココア糖 じゃがいも さとう さとう でんぷん 油	
6金	ごはん 牛乳 はるさめスープ 酢ぶた きよみみかん		なるとまき ぶた肉	牛乳	はねぎ にんじん ピーマン 赤ピーマン	たまねぎ コーン えのきたけ たまねぎ たけのこ 干しいたけ	ごはん はるさめ 米粉 さとう 油	豊川産ピーマンの日
9月	ごはん 牛乳 のっぺい汁 あじ入りさんが焼き たけのこのピリ辛炒め ㊥ひよこ豆スナック		あじ みそ 揚げはん ひよこ豆	牛乳	にんじん にんじん ねぎ にんじん さやいんげん	ごぼう だいこん 根深ねぎ 干しいたけ たまねぎ ごぼう たけのこ たけのこ	ごはん さといも でんぷん さとう でんぷん さとう 油 油 油	
10火	㊤赤はん ㊤ごはん 牛乳 すまし汁 とりのから揚げ ごまあえ ㊤米粉のいちごクレープ ㊤ミニゼリー(洋なし)		さくら型かまぼこ 冷凍とうふ とり肉	牛乳	にんじん みつば	たまねぎ えのきたけ おろししょうが	㊤ごはん もち米 あずき ㊤ごはん 米粉 さとう すりごま いりごま 油	小学校お祝い献立 ㊤米粉のいちごク レープ:学校配送
11水	ごはん 牛乳 マーボーだいごん おから入りしゅうまい(㊤2こ・㊤3こ) ポイルもやし	パックしょうゆ	ぶた肉 冷凍生揚げ 赤みそ ぶた肉 おから 大豆	牛乳	こまつな	しょうが にんにく たまねぎ だいこん むきえだ豆 たまねぎ	ごはん さとう でんぷん 小麦粉 でんぷん さとう 油	
12木	クロスロールパン 牛乳 米粉のホワイトシチュー オムレツ フルーツミックス [いちごゼリー]		とり肉 豆乳 鶏卵	牛乳	にんじん	たまねぎ はくさい むきえだ豆 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]	クロスロールパン じゃがいも さとう でんぷん 油 [さとう]	
13金	ごはん 牛乳 煮しめ いかフライのレモン煮 きゅうりあえ [きゅうり漬]		とり肉 揚げはん いか	牛乳	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 レモン果汁 キャベツ きゅうり きゅうり漬 [きゅうり]	ごはん さといも さとう さとう でんぷん パン粉 小麦粉 コーンフラワー 油 [さとう]	
16月	ごはん はっこう乳 ぶた汁 ごぼう入りつくね(㊤2こ・㊤3こ) ひじきと大豆の煮付け		ぶた肉 とうふ 赤みそ とり肉 水煮大豆 冷凍油揚げ	はっこう乳 ひじき	はねぎ にんじん	たまねぎ だいこん えのきたけ たまねぎ ごぼう しょうが たけのこ	ごはん でんぷん さとう さとう 油 油	はっこう乳:学校配送
17火	白玉うどん 牛乳 カレーなんばん ちくわの青じそ揚げ(㊤1、2年1こ・その他2こ) コーンサラダ	コーンドレッシング	とり肉 冷凍油揚げ ちくわ	牛乳	にんじん 青じそフレーク	干しいたけ はくさい 根深ねぎ キャベツ きゅうり コーン	白玉うどん 米粉 油 コーンドレッシング	
18水	ごはん 牛乳 肉どうふ いわしのうめ煮 しんごあえ [たくあん漬]		ぶた肉 冷凍とうふ いわし	牛乳	にんじん はねぎ	たまねぎ たけのこ 梅肉 キャベツ きゅうり たくあん漬 [だいごん]	ごはん さとう でんぷん さとう でんぷん 油 [さとう]	
19木	ごはん 牛乳 かきたまスープ 愛知のやさいはるまき もやしソテー		冷凍とうふ 液卵 とり肉	牛乳	にんじん はねぎ にんじん にんじん	たまねぎ きくらげ キャベツ れんこん もやし	ごはん でんぷん でんぷん さとう 小麦粉 油 油	豊川産きくらげの日

●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。 ●太字は愛知県産の予定です。  
●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 酢ぶた

(材料(4人分))

- ぶたもも肉(角切り) … 140g
- 酒 …… 小さじ1/2
- しょうゆ …… 小さじ2/3
- 米粉 …… 20g
- 揚げ油 …… 適量
- サラダ油 …… 小さじ1
- にんじん(いちょう切り) …… 40g
- たまねぎ(くし形切り) …… 120g
- たけのこ水煮(短冊切り) …… 40g
- 干しいたけ(もず、せん切り) …… 2g
- ピーマン(せん切り) …… 20g
- 赤ピーマン(せん切り) …… 20g
- 中華だし …… 小さじ1強
- さとう …… 小さじ2
- しょうゆ …… 小さじ1
- ケチャップ …… 小さじ2
- 米酢 …… 小さじ1強
- みりん …… 小さじ2/3
- 天日塩 …… 少々

(作り方)

- ぶたもも肉はAの調味料で下味をつけ、米粉をまぶして揚げる。
- フライパンに油を入れて熱し、にんじん、たまねぎ、たけのこ、干しいたけの順に炒める。
- Bの調味料を入れて味付けをする。
- ピーマン、赤ピーマンを加え、炒める。
- 揚げたぶたもも肉を入れて、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

きくらげ

ピーマン

寒さに負けずおいしく育ったミニトマトです。たくさん食べて、元気な学校生活を送ってください。

豊川市東上町 富永 陽平さんです。

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