



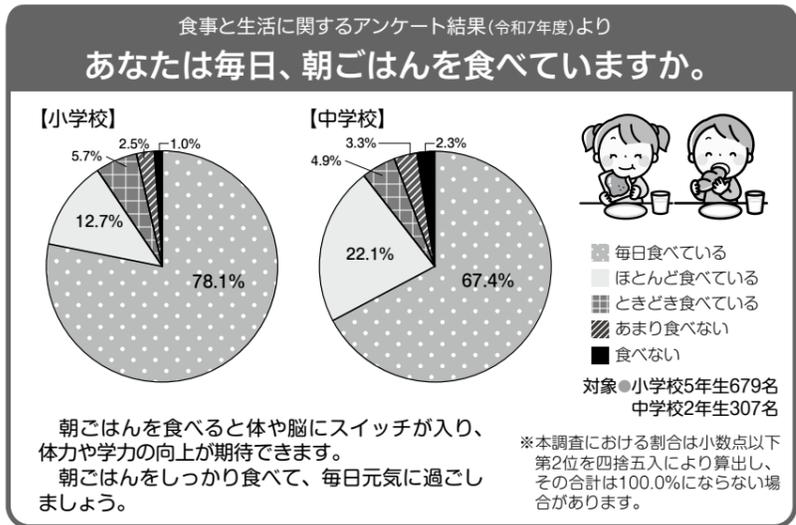
令和8年 3月分献立表



豊川市学校給食課(南部学校給食センター)

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	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		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	ひなまつり献立	
3火	麦ごはん 牛乳 米粉のカレーライス 切り干しだいこんのサラダ 福神漬	ぶた肉 豆乳 ごまドレッシング	牛乳	にんじん たまねぎ	たまねぎ 切り干しだいこん 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		
4水	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]		
5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]		
6金	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 牛肉	牛乳 わかめ	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 じゃがいも さとう でんぷん 油 いらごま	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。	
9月	ごはん はっこう乳 ぶた汁 ごぼう入りつくね(㊸2こ・㊸3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	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	はっこう乳:学校配送	
10火	白玉うどん 牛乳 カレーなんばん ちくわの青じそ揚げ(㊸1、2年1こ・その他2こ) コーンサラダ	とり肉 冷凍油揚げ ちくわ コーンドレッシング	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		
11水	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	揚げはん こうやどうふ 鶏卵	牛乳	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		
12木	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 きよみみかん	ごはん はるさめ 米粉 さとう 油	豊川産ピーマンの日	
13金	ごはん 牛乳 マーボーだいこん おから入りしゅうまい(㊸2こ・㊸3こ) ポイルもやし	ぶた肉 冷凍生揚げ 赤みそ ぶた肉 おから 大豆	牛乳	ごまつな もやし	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		
16月	㊸赤はん ㊸ごはん 牛乳 すまし汁 とりのから揚げ ごまあえ ㊸米粉のいちごクレープ ㊸ミニゼリー(洋なし)	さくら型かまぼこ 冷凍とうふ とり肉 豆乳 大豆粉	牛乳	にんじん みつば にんじん ごまつな	たまねぎ えのきたけ おろししょうが キャベツ いちごピューレー いちご果汁 洋なし 洋なし果汁	㊸ごはん もち米 あずき ㊸ごはん 米粉 さとう すりごま いらごま 油	小学校お祝い献立 ㊸米粉のいちごク レープ:学校配送	
17火	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 ㊸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 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		
18水	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 さとう 小麦粉 油 油	豊川産きくらげの日	
19木	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 [だいこん]	ごはん さとう でんぷん さとう でんぷん 油		

●献立表の㊸は小学校、㊹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(もどす、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 稲永 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をご覧ください。

毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です