

日	曜	飲み物	献立名		体の組織を作る食品群		体の調子を整える食品群		エネルギーとなる食品群		エネルギー (kcal)
			主食	おかず	1群 魚・肉・卵 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 きのこ・果物	5群 米・パン・めん いも類・砂糖	6群 油脂 種実	たんぱく質 (g) 脂質 (g)
2	月	牛乳	ごはん	さばのみそ煮 けんちん汁 きんぴらごぼう	さば さつま揚げ 豆腐 油揚げ		にんじん	ごぼう だいこん 長ねぎ	ごはん 三温糖 黒芋 こんにゃく	油 いりごま	827 31.5 28.8
3	火	牛乳	ごはん	洋風ちらしの具 すまし汁 スパニッシュオムレツ 桃の花三色ゼリー (もも・いちご・レモン)	ウインナー 油揚げ 卵 豆腐 かまぼこ		にんじん ほうれん草	枝豆 コーン しいたけ 長ねぎ たまねぎ	ごはん 三温糖 ゼリー じゃがいも	油	826 29.0 31.8
4	水	牛乳	ごはん	チンジャオロース 中華スープ	ふた肉 とり肉 かまぼこ 豆腐		にんじん ピーマン チンゲン菜	たけのこ もやし たまねぎ	ごはん 三温糖 でんぷん	油 いりごま	825 37.4 24.6
5	木	牛乳	きな粉揚げパン 2-4 3-1希望献立	みそラーメン イタリアンサラダ カップDeヤクルト	ふた肉 ツナ なた きな粉	ヨーグルト	にんじん	コーン きゅうり キャベツ 長ねぎ	パン 中華めん グラニュー糖 きな粉	油	831 32.8 28.4
6	金	牛乳	ごはん	ひじきごはんの具 みそ汁 野菜入肉詰めいなり	ふた肉 とり肉 油揚げ 豆腐 みそ		にんじん	コーン だいこん たまねぎ	ごはん 三温糖	ごま油 いりごま	810 31.9 23.8
9	月	牛乳	ごはん	関東煮 ごま和え ふりかけ (のり)	とり肉 ちくわ さつま揚げ みそ		にんじん ほうれん草	だいこん キャベツ	ごはん 三温糖 こんにゃく じゃがいも	すりごま	818 37.7 21.9
10	火	牛乳	はちみつパン 3年生お別れ遠足	焼きそば ポテトサラダ 1-3	ふた肉		にんじん にら	もやし キャベツ きゅうり	煎し中華めん パン じゃがいも	油 乳卵不使用マヨ	803 33.2 30.1
11	水	シヨア	赤飯	から揚げ (2個) みそ汁 (わかめ、豆腐、大根、人参) ごま塩 お米deお祝いケーキ	とり肉 豆腐 みそ	わかめ シヨアブレン	にんじん	だいこん	赤飯 でんぷん 小麦粉 ケーキ	油	827 33.0 19.7
12	木	牛乳	ミルクパン 3-2希望献立	しょうゆワンタン 春雨サラダ ガトーショコラ	ふた肉 なた		にんじん にら	キャベツ 長ねぎ きゅうり もやし	パン ワンタン マロニー 三温糖 ガトーショコラ	ごま油	806 29.2 26.0
13	金	牛乳	ご卒業おめでとうございませう								
16	月	牛乳	ごはん 2-5	カレーピラフの具 ABCスープ パリパリサラダ	ふた肉 ベーコン ツナ	海苔 牛乳	にんじん にら	たまねぎ 枝豆 キャベツ きゅうり コーン	ごはん じゃがいも マカロニ ポテチ	バター ドレッシング	811 32.6 23.7
17	火	牛乳	ロールパン	クリームシチュー チーズサラダ アセロラゼリー	ふた肉 豆乳	チーズ 牛乳	にんじん	たまねぎ エリンギ マッシュルーム キャベツ きゅうり	パン じゃがいも ゼリー	油 ドレッシング	821 29.4 34.7
18	水	牛乳	ごはん 1-4	ソースカツ 香味漬け なめこ汁	ふた肉 豆腐 みそ	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり だいこん しょうが 長ねぎ なめこ	ごはん パン粉 小麦粉 三温糖 じゃがいも	油	756 28.9 20.5
19	木	牛乳	ゆめロール	ナポリタン グリーンサラダ	ベーコン	牛乳	にんじん ズッキーニ ピーマン	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	パン パスタ	油 ドレッシング	813 27.4 24.9
20	金		春分の日								
23	月	牛乳	ごはん	ブルコギ 春雨スープ	ふた肉 ベーコン	牛乳	にんじん にら	たまねぎ しめじ キャベツ 長ねぎ しいたけ	ごはん 三温糖 春雨 でんぷん	油 ごま油	721 29.6 20.7
24	火	牛乳	バーカーハウス 2-3	メンチカツ (スチコン) ポイルキャベツ ミネストローネ	ふた肉 とり肉 ベーコン	牛乳	にんじん トマト	キャベツ たまねぎ	パン パン粉 小麦粉 マカロニ	油	801 30.8 33.8
25	水	牛乳	ごはん	チキンカレー ピーチヨーグルト	とり肉	ヨーグルト 牛乳	にんじん	たまねぎ おろしりんご もも	ごはん じゃがいも	油	805 32.7 16.9
26	木		春分の日								

- ※ 都合により献立および食材等を変更する場合があります。
- ※ 米・牛乳は、太田市産を使用しています。
- ※ 野菜類はすべて加熱してあります。
- ※ 旬の献立、太田市、群馬県にちなんだ献立、太田市産の食材は、**太字**になっています。

3年生の皆さんは9年間食べてきた給食が最後になります。  
12日までの短い期間になりますが、しっかり味わって食べてくださいね。

長ねぎ、キャベツ、ズッキーニはJA農家の根岸さんほうれん草はJA農家の岩崎さんより新鮮な野菜が納品されます。

