

令和8年

3月の予定献立表

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前に家庭・学級においても毎日確認してください。
※材料・天候によって献立を変更することがあります。



渡嘉敷村立学校給食共同調理場

TEL: 098-987-2452
FAX: 098-987-2452

学校給食の栄養基準	小学校	650	C=エネルギー P=タンパク質 F=脂質	
			21.1~32.5	14.4~21.7
中学校	830	27.0~41.5	18.4~27.7	

食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

こ ん だ て	2(月) 中3リクエスト給食 池松 夏希さんの献立 みるく M!LK・ミルメーク つっ 包んだだけなのに人気者 (オムライス) パインに別れを告げたチキンサラダ とろめいかん 透明感を極めたコンソメスープ	3(火) 中3リクエスト給食 坂田 蓮華さんの献立 ぎゅうにゅう むぎごはん やきどうふのちゅうかあんかけ ごぼうのあまから ふわっと卵コンソメスープ 今日もがんばった君へ、ご褒美プリン	4(水) (阿小・中3受験生欠食) ぎゅうにゅう ぶたどん だいこんのみそしる いももち	5(木) (中3受験生欠食) ぎゅうにゅう もちきびごはん しまざかなのみそマヨやき とりじゃが ゆしどうふ	6(金) 中3ラスト給食 中3ペロリ賞リクエスト ぎゅうにゅう やきそば てづくりにくまん(※ペロリ賞リクエスト) こんぶだしのすましじる (お汁のダシに 北海道 利尻産 昆布使用 利尻小より) シークァーサーゼリー
	あか	牛乳、鶏肉、全卵、無塩せきベーコン(卵抜)	牛乳、豆腐(大豆)、全卵、プリン(乳、卵、大豆)	牛乳、豚肉、油揚げ(大豆)、麦みそ(大豆)、チーズ(乳)	牛乳、しいら、麦みそ(大豆)、鶏肉、ゆしどうふ、アーサ
き	米、こめ油、でん粉、さとう	米、麦、こめ油、さとう、でん粉、大豆油(大豆)、水あめ、ごま、ごま油	米、麦、さとう、でん粉、じゃがいも、大豆油、上白糖、こめ油	米、もちきび、大豆油、上白糖、ごま、じゃがいも、こめ油	やきそば麺(小麦)、こめ油、小麦粉(小麦)、さとう、ごま油、でん粉
みどり	にんじん、たまねぎ、ピーマン、ブロッコリー、キャベツ、きゅうり、パセリ	にんじん、たまねぎ、たけのこ、えのきたけ、しょうが、ごぼう、にんにく、しいたけ、コーン	たまねぎ、にんじん、ごぼう、こんにゃく、しょうが、こねぎ、だいこん、長ねぎ	こねぎ、たまねぎ、にんじん、こんにゃく、あお豆(大豆)	キャベツ、にんじん、ピーマン、しいたけ、たまねぎ、たけのこ、しょうが、えのきたけ、カイワレ、シークァーサー
小学校	C 584 P 26 F 20.9	C 637 P 21.3 F 21.1	C 638 P 24.7 F 22.5	C 620 P 32.2 F 19.1	C 555 P 21 F 20.2
中学校	C 736 P 30.8 F 23.6	C 816 P 26.4 F 24.7	C 835 P 30.1 F 26.7	C 801 P 39.3 F 21.7	C 706 P 26.4 F 23.9
こ ん だ て	9(月) 渡小中欠食 ぎゅうにゅう スパゲティ・ミートソース ポテトサラダ オレンジ	10(火) 中3欠食 ぎゅうにゅう わかめごはん こぶじめマンビカーのからあげ こんにゃくいため さといものみそしる	11(水) 中3欠食 ぎゅうにゅう ポークカレー こまつなのアーモンドあえ りんご	12(木) 中3欠食 ぎゅうにゅう ちゅうかどん ワンタンスープ カラフルフルーツしらたま	13(金) 阿小6年・中3欠食 ぎゅうにゅう げんまいいりごはん スルルーのあまから とうふチャンプルー わかめのみそしる
	あか	牛乳、豚肉、チーズ(乳)、ハム(乳、大豆)	牛乳、わかめ、しいら、豚肉、油揚げ(大豆)、麦みそ(大豆)	牛乳、豚肉、ハム(乳、大豆)	牛乳、豚肉、イカ、うずらの卵、鶏肉
き	こめ油、さとう、じゃがいも、大豆油、上白糖	米、上白糖、ごま、でん粉、大豆油(大豆)、ごま油、こめ油、里芋	米、麦、じゃがいも、こめ油、アーモンド、さとう	米、麦、ごま油、こめ油、でん粉、ワンタンの皮(小麦)、カラフルボール(大豆)、ゼリー(大豆・もも・りんご)	米、玄米、ごま、小麦粉(小麦)、でん粉、大豆油(大豆)、さとう、水あめ、こめ油
みどり	たまねぎ、にんじん、ピーマン、マッシュルーム、にんにく、トマト、きゅうり、オレンジ	しょうが、こんにゃく、たけのこ、にんじん、キャベツ、しめじ、たまねぎ、こねぎ	にんじん、たまねぎ、にんにく、ブルーベリー、キャベツ、小松菜、りんご	たまねぎ、にんじん、はくさい、木くらげ、たけのこ、チンゲンサイ、ヤングコーン、にんにく、しょうが、しいたけ、長ねぎ、みかん、パイン(缶詰)、黄桃	たまねぎ、キャベツ、にんじん、にら、にんにく
小学校	C 666 P 24.8 F 26.9	C 599 P 24 F 19.5	C 602 P 21.3 F 17.1	C 616 P 23.8 F 14.4	C 655 P 27.5 F 25.1
中学校	C 811 P 29.6 F 31.4	C 772 P 29.3 F 22	C 775 P 25.5 F 19.3	C 797 P 28.1 F 15.9	C 851 P 33.5 F 30.3
こ ん だ て	16(月) 阿小6年・中3欠食 ぎゅうにゅう アーサイリジュージー ちきあぎ だいこんウサチー なかみじる	<div data-bbox="550 1556 1508 2083" data-label="Complex-Block"> <p>1年間ありがとうございました!</p> <p>まだ寒さの残る日はあるものの、吹く風に春の到来を感じる季節となりました。この1年で、どの子も心身ともに大きく成長し、一段とたくましくなった様子がうかがえます。日々の給食や食育を通して、そのサポートができていたらうれしいです。今月は、卒業や進級を控えた皆さんへ、応援やお祝いの気持ちを込めた給食を提供しますので、楽しみにしてください。</p> </div>			
	あか				
き	米、こめ油、でん粉、大豆油(大豆)、こんにゃく、ごま、さとう				
みどり	にんじん、しいたけ、こねぎ、ごぼう、木くらげ、あお豆(大豆)、だいこん、きゅうり、こんにゃく、しょうが				
小学校	C 625 P 32 F 25.9				
中学校	C 796 P 38.3 F 29.7				