

令和7年3月 予定献立表

高岡市立福岡小学校

日 曜日	行事	主食	牛乳	副食	主な食材									エネルギー たんぱく質
					血や肉のもとになる 赤の食品			熱や力のもとになる 黄の食品			体の調子を整える 緑の食品			
3月	ひなまつり 献立	ちらし寿司		えびフライ(甲) 小松菜としめじのひたし 味噌かきたま汁(卵) ひなゼリー	牛乳 油揚げ 卵	えびフライ 絹豆腐 味噌	すしめし でんぶん	砂糖 ひなゼリー	油	干し椎茸 枝豆 しめじ	人参 小松菜 玉ねぎ	たけのこ きゃべつ ねぎ	668kcal 25.8g	
4日	郷土食献立 (煮しめ)	ごはん		さけのマヨネーズ焼き(卵) 白菜の即席漬 煮しめ いちご	牛乳	さけ 厚揚げ	ごはん こんにやく	マヨネーズ 砂糖	里芋	白菜 大根	人参 たけのこ	きゅうり いちご	603kcal 27.3g	
5日		黒糖パン(乳)		パンネのミートソース フライドポテト きゃべつのスープ ヨーグルト(乳)	牛乳 ヨーグルト	豚肉 ベーコン	黒糖パン パンネマカロニ	油 くし形ポテト	砂糖	生姜 トマト	にんにく きゃべつ	玉ねぎ 人参	708kcal 24.6g	
6日		わかめごはん		がんもの含め煮 かぶの昆布漬 さつま汁 清見みかん	牛乳	がんもどき 刻み昆布	わかめごはん さつまいも	砂糖		かぶ 人参	きゅうり 白菜	大根 ねぎ	611kcal 21.4g	
7日		麦ごはん		卵のベーコン巻き(乳・卵) カミカミナムル カレーライス(乳) アップルシャーベット	牛乳 牛肉	卵のベーコン巻き	麦ごはん 油	ごま油 じゃがいも	ごま カレールー	切干大根 もやし	人参 玉ねぎ	小松菜	692kcal 22.6g	
10日	地場産品 献立 (生椎茸)	ごはん		ひよこ豆の揚げがらめ ほうれん草のごま味噌 団子汁 みかんクレープ	牛乳 味噌	ひよこ豆 油揚げ	ごはん 油	でんぶん 砂糖	上新粉 ごま	ほうれん草 大根	きゃべつ 人参	えのきたけ ねぎ	751kcal 22.8g	
11日		ごはん		ブロッコリーとベーコンのキッシュ(卵・乳) ごまごまサラダ 春雨スープ ピーチシャーベット	牛乳 豚肉	ベーコン 卵	ごはん 砂糖	油 春雨	ごま油	ブロッコリー 人参	玉ねぎ きゅうり	きゃべつ たけのこ 白菜	632kcal 22.1g	
12日		揚げパン(乳)		荒挽きウインナー ドレッシングサラダ ワンタンスープ	牛乳 豚肉	きなこ 荒挽きウインナー	2/3コッパパン 砂糖	油 砂糖	ごま	きゃべつ 白菜	きゅうり 人参	生姜 干し椎茸	610kcal 24.4g	
13日		ごはん		さばのホイル焼き ひじきの炒め煮 肉じゃが いちご	牛乳 ひじき	さばのホイル焼き 大豆	ごはん じゃがいも	油 こんにやく	砂糖	人参 いちご	枝豆	玉ねぎ	736kcal 29.9g	
14日	卒業お祝い 献立	栗赤飯		鶏肉の香り揚げ 小松菜のコーン和え 手まり麩のすまし汁 お祝いケーキ	牛乳	鶏肉 絹豆腐	栗赤飯 油	でんぶん てまり麩	上新粉	生姜 コーン	小松菜 えのきたけ	きゃべつ 玉ねぎ	739kcal 30.3g	
18日	たかおか 食19并 献立	ごはん		春待ちきつね丼 小籠包 じゃがいもとわかめの味噌汁 青りんごゼリー	牛乳 小籠包	油揚げ 味噌	ごはん でんぶん	砂糖 じゃがいも	てまり麩	玉ねぎ 生椎茸	人参	ねぎ	691kcal 22.5g	
19日		食パン(乳)		大豆入りミートローフ(卵・乳) フルーツ和え ポテトスープ ブラック&ホワイト(乳)	牛乳 卵	豚肉 大豆 ベーコン	食パン じゃがいも	パン粉 ブラック&ホワイト	砂糖	玉ねぎ みかん缶	りんご缶 もも缶	パイン缶 バナナ	710kcal 26.6g	
21日	3学期 給食最終日	ごはん(減量)		ししゃものフライ ブロッコリーサラダ 五目ラーメン	牛乳 豚肉	ししゃもフライ	ごはん 中華めん	油 砂糖		ブロッコリー 人参	きゅうり 玉ねぎ	コーン きゃべつ	592kcal 20.8g	
※ 都合により、献立や食材を変更する場合があります。 ※ 毎月19日は食育の日です。高岡市では毎月19日前後に「たかおか食19并」のメニューを出しています。												中学年基準 650kcal 24.0g		

※ 下記の食品が含まれている場合は、献立の横に印をつけてあります。
 主な材料の欄とともにアレルギー除去の参考になしてください。
 卵・卵製品……(卵) 甲殻類……(甲) 乳製品……(乳)

今月の地場産品

 米、牛乳、里芋、生椎茸、にんにく

～令和7年度4月の予定～
 4月 7日(月) 始業式
 4月 8日(火) 小学校入学式
 4月 9日(水) 2～6年生給食開始
 4月10日(木) 1年生給食開始