3月分予定献立表
2日(月)～13日(金)

令和７年度　山田学校給食センター

※牛乳（赤の仲間）は毎日つきます。　※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更することがあります。

日	主食およびおかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	調味料その他	アレルギー表示 義務8品目	アレルギー表示 推奨20品目	エネルギー 小	エネルギー 中	たんぱく質 小	たんぱく質 中
2	五目ずし（ひなまつり献立）	とりにく あぶらあげ かまぼこ 【かまぼこ】たら　でん粉　塩　砂糖《アレルギー：なし》	こめ さんおんとう	にんじん　たけのこ ごぼう　あおまめ	淡口しょうゆ　米酢 料理酒　塩	小麦	大豆 鶏肉	629	765		
月	彩り野菜の卵やき	いろどりやさいのたまごや たまご　ぶたにく	さんおんとう　だいずあぶら パームあぶら　なたねあぶら でんぷん	にんじん　ほうれんそう たまねぎ	しょうゆ　塩 かつおだし　こんぶだし かつおパウダー	小麦 卵	大豆 豚肉　ｾﾞﾗﾁﾝ	23.7	27.8		
	姫はまぐりのすまし汁	ひめはまぐり はなふ　とうふ　わかめ		にんじん　えのきたけ みつば	こんぶだし　かつおだし 淡口しょうゆ　料理酒 塩	小麦	大豆				
	ひなあられ	あおのり　こんぶ	ひなあられ うるちまい　さとう	トマトパウダー パプリカパウダー ほうれんそうパウダー	発酵調味料　塩	―	―				
3	背割りパン	だっしふんにゅう	こむぎこ　さとう ショートニング		塩　イースト	小麦 乳	―	680	843		
火	ウインナー（ケチャップつき）	ウインナー 【ウインナー】豚肉　ラード　でんぷん　ミックス製剤《アレルギー：豚肉》			ケチャップ	―	豚肉	24.2	29.6		
	添えキャベツ		卵不使用マヨネーズ	キャベツ	塩　淡口しょうゆ	小麦	大豆				
	パンプキンシチュー	とりにく　ぎゅうにゅう しろいんげんまめペースト		かぼちゃ　かぼちゃペースト たまねぎ　にんじん　パセリ	白ワイン パンプキンポタージュ クリームポタージュ	小麦 乳	鶏肉　豚肉 大豆				
4	ごはん		こめ			―	―	590	739		
水	五目豆	とりにく さつまあげ だいず　こんぶ 【さつまあげ】スケソウ　タチウオ　イトヨリ　でんぷん　大豆たん白　玉ねぎ　砂糖　大豆油　塩《アレルギー：大豆》	さんおんとう こめあぶら	にんじん　こんにゃく しいたけ	淡口しょうゆ　濃口しょうゆ みりん　料理酒	小麦	大豆 鶏肉	24.2	28.8		
	根菜つくね汁	こんさいつくね とうふ むぎみそ 【こんさいつくね】ごぼう　人参　玉ねぎ　里芋　れんこん　鶏肉　ラード　大豆たん白　でん粉　しょうゆ　砂糖　塩　香辛料　なたね油　パーム油《アレルギー：大豆　鶏肉　豚肉》		にんじん　たまねぎ だいこんば	おろししょうが　煮干だし	―	大豆　鶏肉 豚肉				
	わかめふりかけ	のり　かつおぶし	さとう　でんぷん	しいたけエキス　まっちゃ	わかめふりかけ 塩　酵母エキス	―	―				
5	黒糖パン	だっしふんにゅう	こむぎこ　さとう　くろざとう ショートニング		塩　イースト	小麦 乳	―	586	731		
木	ベーコンとほうれん草のトマトスパゲティ	ベーコン 【ベーコン】豚ばら肉　砂糖　塩《アレルギー：豚肉》	スパゲティ　さんおんとう こめあぶら	ほうれんそう　たまねぎ にんじん	おろしにんにく　ケチャップ トマトソース　デミグラスソース 赤ワイン　ウスターソース コンソメ　塩	小麦	大豆　豚肉 鶏肉	22.5	27.6		
	チキンスープ	とりにく		ちんげんさい　にんじん たまねぎ　パセリ	ガラスープ　丸鶏ガラスープ 淡口しょうゆ　白ワイン　塩 こしょう	小麦	大豆 鶏肉				
6	ごはん		こめ			―	―	594	747		
金	豚肉と厚揚げのオイスター煮	ぶたにく　あつあげ	さんおんとう　でんぷん こめあぶら	たまねぎ　にんじん　しいたけ ちんげんさい	おろししょうが　中華だし ガラスープ　淡口しょうゆ オイスターソース　料理酒	小麦	大豆　豚肉 鶏肉	23.9	29.0		
	にら玉スープ	とりにく　とうふ たまご	でんぷん	えのきたけ　にんじん たまねぎ　にら	中華だし　ガラスープ 淡口しょうゆ　塩　料理酒	小麦 卵	大豆 鶏肉				
9	ごはん		こめ					640	779		
月	がね		がね さつまいも　こむぎこ　でんぷん だいずあぶら こめあぶら	かぼちゃ　ごぼう　にんじん	塩　膨張剤	小麦	大豆	19.5	22.8		
	さつま揚げとこんにゃくの炒め物	さつまあげ 【さつまあげ】スケソウ　タチウオ　イトヨリ　でんぷん　大豆たん白　玉ねぎ　砂糖　大豆油　塩《アレルギー：大豆》	さんおんとう　こめあぶら	こんにゃく　にんじん さやいんげん	料理酒　濃口しょうゆ 淡口しょうゆ　みりん	小麦	大豆				
	ほうとう	とりにく　あぶらあげ むぎみそ	ほうとうめん	はくさい　にんじん　かぼちゃ しいたけ　ねぎ	煮干だし　料理酒 淡口しょうゆ	小麦	大豆 鶏肉				
10	チーズパン	だっしふんにゅう こなチーズ	こむぎこ　さとう ショートニング		塩　イースト	小麦 乳	―	583	731		
火	麻婆春雨	ぶたひきにく あかみそ	はるさめ　さんおんとう こめあぶら　ごまあぶら	たまねぎ　にんじん　しいたけ キャベツ　にら　たけのこ	おろしにんにく　みりん 濃口しょうゆ　麻婆ソース	小麦	大豆　鶏肉 豚肉　ｾﾞﾗﾁﾝ ごま	22.5	27.3		
	白菜ときのこのスープ	ベーコン 【ベーコン】豚ばら肉　砂糖　塩《アレルギー：豚肉》		はくさい　しめじ　エリンギ にんじん　たまねぎ　パセリ	ガラスープ　洋風スープの素 淡口しょうゆ　塩　こしょう 白ワイン	小麦	大豆　鶏肉 豚肉　ｾﾞﾗﾁﾝ				
11	麦ごはん		こめ　むぎ			―	―	591	724		
水	ビビンバ丼の具	ぶたにく	さんおんとう　こめあぶら ごま　ごまあぶら	にんじん　もやし ほうれんそう	おろしにんにく　おろししょうが 濃口しょうゆ　淡口しょうゆ　塩 料理酒　トウバンジャン コチュジャン	小麦	大豆　豚肉 ごま	22.8	27.0		
	ワンタンスープ	とりひきにく	ワンタンめん　こめあぶら	にんじん　たまねぎ ちんげんさい	おろししょうが　ガラスープ 中華だし　淡口しょうゆ　塩	小麦	大豆 鶏肉				
12	マヨネーズパン	だっしふんにゅう	こむぎこ　ショートニング 卵不使用マヨネーズ　さとう		塩　イースト	小麦 乳	大豆	583	724		
木	野菜のミートソース煮込み	ぶたひきにく だいずミンチ	じゃがいも　さんおんとう	たまねぎ　かぼちゃ にんじん　しめじ　ピーマン	おろしにんにく　赤ワイン トマトソース　デミグラスソース ケチャップ　洋風スープの素 ウスターソース　ガラスープ	小麦	大豆　豚肉 鶏肉　ｾﾞﾗﾁﾝ	23.1	28.8		
	イタリアンドレッシングサラダ	まぐろみずに 【まぐろみずに】きはだまぐろ　野菜エキス　塩《アレルギー：なし》	さんおんとう こめあぶら	にんじん　きゅうり　キャベツ	イタリアンドレッシング 米酢　塩	―	―				
13	ごはん（中学校卒業お祝い献立）		こめ			―	―	681	910		
金	チキン南蛮（２個）	とりにく	こむぎこ　でんぷん さんおんとう　こめあぶら		塩　淡口しょうゆ　濃口しょうゆ 米酢　料理酒	小麦	大豆　鶏肉	24.5	30.5		
	添えキャベツ			キャベツ　にんじん	青じそドレッシング	小麦	大豆				
	お祝いかまぼこのすまし汁	かまぼこ とうふ わかめ 【かまぼこ】すけそうだら　いとよりだい　でん粉　塩　砂糖　紅麹　塩《アレルギー：なし》		えのきたけ　にんじん こまつな	かつおだし　料理酒 淡口しょうゆ　塩	小麦	大豆				
	一食卵不使用タルタルソース	だいずパウダー	一食卵不使用タルタルソース みずあめ　さとう　あぶら	ピクルス　こんにゃくパウダー パセリ	香辛料　レモン果汁　塩	―	大豆				
	お祝いいちごゼリー（中学校のみ）		おいわいいちごゼリー さとう　とうにゅうクリーム	いちごピューレ	ゲル化剤　酸味料　紅麹色素	―	大豆				

お知らせと調味料の原材料表

《お知らせ》
●給食は落ち着いた雰囲気のなかでよく噛んで食べましょう。

●２日のひなあられは、のどに詰まらせないようによく噛んで食べましょう。

【料理酒】
料理酒　アルコール　酸味料《アレルギー：なし》

【みりん】
本みりん　液状ブドウ糖　醸造アルコール　水《アレルギー：なし》

【赤ワイン・白ワイン】
米発酵調味料　ワイン　ブドウ糖　アルコール　塩　果実色素　香料　酸味料　酸化防止剤《アレルギー：なし》

【米酢】
米　アルコール《アレルギー：なし》

【パンプキンポタージュ】
パンプキンパウダー　小麦粉　砂糖　粉乳　油　塩　砂糖　たまねぎ　酵母エキス　チキンパウダー　ミルポワ　ガーリック　白砂エキス　トマトエキス《アレルギー：小麦　乳　大豆　鶏肉　豚肉》

【クリームポタージュの素】
小麦　ホエイパウダー　植物油　コーンスターチ　脱脂粉乳　ぶどう糖　塩　砂糖　野菜パウダー　全粉乳　豚脂　ポークエキス《アレルギー：小麦　乳　大豆　豚肉》

【卵不使用マヨネーズ】
大豆油　なたね油　酢　塩　砂糖　大豆たん白　マスタード《アレルギー：大豆》

【オイスターソース】
水　オイスターエキス　砂糖　塩《アレルギー：なし》

【麻婆ソース】
醤油　砂糖　にんにく　しょうが　塩　味噌　ラージャン　チキンエキス　でん粉　ポークエキス　ゼラチン《アレルギー：小麦・大豆・鶏肉・豚肉　ゼラチン》

【トウバンジャン】
塩蔵唐辛子　そら豆加工品　乾燥唐辛子　食塩　清酒《アレルギー：なし》

【コチュジャン】
米みそ　水あめ　麦芽エキス　米麹　トウガラシ砂糖　塩《アレルギー：大豆》

【イタリアンドレッシング】
なたね油　砂糖　醸造酢　塩　発酵調味料　玉ねぎ　香味食用油　酵母パウダー　バジル　セロリ　にんにく　トマト　こしょう《アレルギー：なし》

【青じそドレッシング】
ぶどう糖果糖液糖　しょうゆ　酢　かつおだし　塩　こんぶだし　はくさいエキス　オニオンエキス　塩蔵青じそ《アレルギー：小麦　大豆》

3月分予定献立表
16日(月)～25日(水)

令和７年度　山田学校給食センター

※牛乳（赤の仲間）は毎日つきます。　※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更することがあります。

日	主食およびおかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	調味料その他	アレルギー表示 義務8品目	アレルギー表示 推奨20品目	エネルギー 小	エネルギー 中	たんぱく質 小	たんぱく質 中	お知らせと調味料の原材料表
16	ごはん		こめ			ー	ー	577	726			【バーモントカレー】 小麦　豚脂　砂糖　塩　カレー粉　でん粉　玉ねぎ　トマト　脱脂粉乳　チーズ　バナナペースト　醤油　はちみつ　りんご　ココア 《アレルギー：小麦・乳・大豆・バナナ・鶏肉・豚肉・りんご》
月	肉じゃが ★ひむか地産地消の日★ 豚肉	ぶたにく あつあげ	じゃがいも　さんおんとう こめあぶら	たまねぎ　にんじん　おあまめ こんにゃく　しいたけ	淡口しょうゆ　濃口しょうゆ みりん　料理酒	小麦	大豆 豚肉			21.0	25.3	
	ほうれん草のひじき和え	ほぐしかまぼこ ひじきつくだに 【ほぐしかまぼこ】たら　ほき　塩　砂糖　でん粉　かつおエキス　えごま油《アレルギー：なし》 【ひじきつくだに】醤油　砂糖　ひじき　寒天　しそ香料《アレルギー：小麦　大豆》	さんおんとう	ほうれんそう　もやし にんじん	淡口しょうゆ	小麦	大豆					
17	コッペパン	だっしふんにゅう	こむぎこ　さとう ショートニング		塩　イースト	小麦 乳	ー	584	725			【とろけるカレー】 小麦粉　食用油脂　砂糖　でん粉　塩　カレー粉　さつまいも　白菜　キャベツ　玉ねぎ　香辛料《アレルギー：小麦》
火	ポトフ	ベーコン ぶたにく 【ベーコン】豚ばら肉　砂糖　塩《アレルギー：豚肉》		ブロッコリー　たまねぎ にんじん　キャベツ　パセリ	ガラスープ　野菜ブイヨン 淡口しょうゆ　塩　こしょう 白ワイン	小麦	大豆　豚肉 鶏肉			22.2	26.7	
	マカロニサラダ	まぐろみずに 【まぐろみずに】きはだまぐろ　野菜エキス　塩《アレルギー：なし》	マカロニ さんおんとう 卵不使用マヨネーズ	きゅうり　コーン にんじん	淡口しょうゆ	小麦	大豆					
	りんごジャム		りんごジャム さとう　みずあめ	りんご	ゲル化剤　酸味料	ー	りんご					【白豚湯】 豚脂　ポークエキス　塩　ｾﾞﾗﾁﾝ　豚肉　でんぷん　マッシュルーム　カラメル色素 《アレルギー：豚肉　ｾﾞﾗﾁﾝ》
18	ごはん		こめ			ー	ー	645	790			
水	ビーフカレー	ぎゅうにく しろいんげんまめピューレ	じゃがいも はちみつ　こめあぶら	にんじん　たまねぎ すりおろしりんご	ガラスープ　バーモントカレー とろけるカレー	小麦 乳	大豆　牛肉 豚肉　鶏肉 ﾊﾞﾅﾅ　りんご			20.8	24.6	【豚骨スープ】 豚骨抽出エキス 《アレルギー：豚肉》
	レモン和え	まぐろみずに 【まぐろみずに】きはだまぐろ　野菜エキス　塩《アレルギー：なし》	さんおんとう	きゅうり　コーン にんじん　キャベツ	レモン果汁　米酢 淡口しょうゆ	小麦	大豆					
19	減量ミルクパン	だっしふんにゅう ぎゅうにゅう	こむぎこ　さとう ショートニング		塩　イースト	小麦 乳	ー	588	741			【和風ドレッシング】 大豆油　なたね油　酢　砂糖　しょうゆ　玉ねぎ　塩　粒マスタード　こしょう　にんにく 《アレルギー：小麦　大豆　豚肉　りんご》
木	コーンラーメン	ぶたにく	ラーメン　さんおんとう こめあぶら　ごまあぶら	きくらげ　もやし　ちんげんさい コーン　ねぎ	おろししょうが　おろしにんにく 白豚湯　豚骨スープ　料理酒 淡口しょうゆ　濃口しょうゆ 中華だし　塩　こしょう	小麦	大豆　豚肉 ｾﾞﾗﾁﾝ　ごま			24.0	29.8	
	カリフラワーサラダ	ハム 【ハム】豚ロース肉　砂糖　塩《アレルギー：豚肉》		カリフラワー　きゅうり コーン	和風ドレッシング	小麦	大豆　豚肉 りんご					【お好みソース】 りんご　もも　砂糖　りんご酢　大豆　塩　しょうゆ　香辛料　オイスターエキス　砂糖　鶏肉　豚肉　昆布　しいたけ《アレルギー：小麦　大豆　鶏肉　豚肉　りんご　もも》
20 金	春分の日											
23	ごはん		こめ			ー	ー	621	761			
月	いかねぎやき	いかねぎやき いか　すけそうだら いとよりだい かつおぶし　あおのり	やまいも　でんぷん　さとう ラード	ねぎ	塩　酒 お好みソース	小麦	大豆　いか 豚肉 やまいも 鶏肉　りんご もも			22.9	26.2	【シチューミクス】 小麦粉　植物油　砂糖　でんぷん　塩　粉乳　玉ねぎ　チーズ　鶏肉エキス　豚肉エキス　野菜エキス　香辛料 《アレルギー：小麦　乳　大豆　鶏肉　豚肉》
	きんぴらごぼう	ぶたにく　あぶらあげ	さんおんとう　こめあぶら ごま　ごまあぶら	ごぼう　にんじん こんにゃく　あおまめ	淡口しょうゆ 濃口しょうゆ　料理酒	小麦	大豆　豚肉 ごま					
	白菜のみそ汁	とうふ むぎみそ		はくさい　たまねぎ にんじん　だいこんば	煮干だし	ー	大豆					
24	黒糖パン	だっしふんにゅう	こむぎこ　さとう　くろざとう ショートニング		塩　イースト	小麦 乳	ー	626	725			
火	クリームシチュー	とりにく しろいんげんまめピューレ ぎゅうにゅう	じゃがいも	たまねぎ　にんじん ブロッコリー	ガラスープ シチューミクス クリームポタージュ	小麦 乳	大豆　鶏肉 豚肉			23.6	28.5	
	ハムサラダ	ハム 【ハム】豚ロース肉　砂糖　塩《アレルギー：豚肉》	さんおんとう　こめあぶら	キャベツ　きゅうり にんじん	米酢　塩 淡口しょうゆ	小麦	大豆 豚肉					
	小学校卒業・進級 お祝いデザート お祝いいちごゼリー （小学校のみ）		おいわいいちごゼリー さとう　とうにゅうクリーム	いちごピューレ	ゲル化剤　酸味料　紅麹色素	ー	大豆					
25	ごはん		こめ			ー	ー	616	767			
水	鶏肉のみそころばかし	とりにく　あつあげ だいず　あかみそ	さといも　ざらめ	ごぼう　にんじん こんにゃく　ねぎ	おろししょうが　濃口しょうゆ 料理酒	小麦	大豆 鶏肉			24.7	29.3	
	菜の花和え	ハム 【ハム】豚ロース肉　砂糖　塩《アレルギー：豚肉》	さんおんとう　ごま	なのはな　もやし きゅうり　コーン	淡口しょうゆ　米酢	小麦	大豆　豚肉 ごま					

よく使用する調味料の原材料表示

むぎみそ 大麦　大豆　塩　水あめ 《アレルギー：大豆》	あかみそ 大麦　大豆　塩　水あめ 《アレルギー：大豆》	濃口しょうゆ 大豆　小麦　塩 アルコール 《アレルギー：小麦　大豆》	淡口しょうゆ 大豆　小麦　塩 アルコール 《アレルギー：小麦　大豆》	ケチャップ トマト　砂糖　酢　塩　玉ねぎ　香辛料 《アレルギー：なし》	デミグラスソース 小麦粉　ラード　玉ねぎ　チキンエキス　にんじん　砂糖　でん粉　塩　香辛料 《アレルギー：小麦　鶏肉》	トマトソース トマト　玉ねぎ　大豆油　砂糖　にんにく　植物油　塩 《アレルギー：大豆》
ウスターソース 砂糖　塩　玉ねぎ　酢　香辛料　トマト　カラメル色素 《アレルギー：なし》	野菜ブイヨン 塩　砂糖　たまねぎ　にんにく　植物油　トマト　香辛料 《アレルギー：なし》	丸鶏がらスープ 塩　チキンエキス　鶏脂　玉ねぎ　にんじん　キャベツ　香辛料 《アレルギー：鶏肉》	がらスープ チキンエキス 《アレルギー：鶏肉》	コンソメ 塩　砂糖　鶏肉　魚醤　香辛料　トマト　玉ねぎ　人参 《アレルギー：鶏肉　豚肉》	洋風スープ 砂糖　塩　でんぷん　玉ねぎ　にんにく　トマトエキス　にんじんエキス　豚肉　大豆《アレルギー：大豆　豚肉　ゼラチン》	中華だし デキストリン　塩　コーンスターチ　砂糖　酵母エキス　にんにく　はくさい　しょうが　香辛料 《アレルギー：なし》