

材料の都合により、献立内容を変更する場合があります。ご了承ください。

日付	献立名	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	小学校	中学校
1(金)	こめこ 米粉パン 牛乳 グラタン ツナサラダ ポークビーンズ ミルメークココア(中)	牛乳 シーチキン だいたい ぶたにく	米粉パン グラタン ドレッシング(かんきつ) じゃがいも さとう あぶら ミルメークココア(中)	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ にんじん	670 29.6	884 36.3
4(月)	ごはん 牛乳 ごちそうビーフカレー れんこんのごまドレ和え 元氣ヨーグルト(小・中)	牛乳 ぎゅうにく ひじき ミックスビーンズ シーチキン ヨーグルト	米 じゃがいも カレールウ あぶら ドレッシング(ごま)	にんじん たまねぎ りんご れんこん コーン えだまめ	789 24.1	921 27.2
5(火)	ごはん 牛乳 竹輪の磯辺あげ 菜の花和え にゅうめん ひなまつりゼリー(小) ひしもち(中)	牛乳 ちくわ あおのり とうふ とりにく うすあげ はながたかまぼこ(うめ)	米 あぶら てんぷらこ さとう ごま ふしめん ひなまつりゼリー(小) ひしもち(中)	なのはな はくさい コーン たまねぎ にんじん えのきたけ はねぎ	673 24.7	871 34.5
6(水)	ごはん 牛乳 甘酢肉だんご(小・中) 棒棒鶏 まいぼーどろふ 麻婆豆腐 いちご(中)	牛乳 にくだんご おしきさみ とうふ ぶたにく	米 ごま さとう ごまあぶら てんぷん	もやし きゅうり にんじん しょうが たまねぎ はねぎ ほししいたけ にんにく いちご(中)	660 27.3	828 33.8
7(木)	ごはん 牛乳 手作りからあげ 寒天サラダ 真だくさんみそ汁 豆乳アイス(小) アイスcream(中)	牛乳 とりにく こんにやくかんてん ぶたにく とうふ みそ とうにゅうアイス(小) アイスcream(中)	米 でんぷん あぶら ドレッシング(わふう) こんにやく	にんにく しょうが きゅうり あかピーマン ブロッコリー だいこん にんじん たまねぎ しめじ しろねぎ	767 27.0	941 34.7
8(金)	コッペパン 牛乳 トマトミートオムレツ(小・中) カラフルソテー ニョッキのクリーム煮 いちごジャム	牛乳 トマトミートオムレツ ベーコン とりにく とうにゅう	コッペパン こめこニョッキ あぶら こめこ いちごジャム	ピーマン あかピーマン きピーマン にんじん キャベツ たまねぎ エリンギ ブロッコリー	681 26.9	791 30.5
11(月)	ごはん 牛乳 白身魚のドレッシングかけ きわかめの五目炒め チンゲンサイのスープ みかんゼリー(中)	牛乳 しろみぎかな ぶたにく きわかめ ベーコン とうふ	米 あぶら さとう こんにやく ごま みかんゼリー(中)	にんにく にんじん チンゲンサイ たまねぎ	624 24.1	806 29.9
12(火)	ごはん 牛乳 にしんかんろ煮(小・中) 味付のり いんげんのおかか和え かつらぎちゃんこ	牛乳 にしん かつおぶし とりにくだんご あつあげ みそ とうにゅう あじつけのり	米 さとう ごま	いんげんまめ はくさい たまねぎ にんじん ごぼう しめじ しろねぎ にはら	623 28.9	723 32.4
13(水)	ごはん 牛乳 焼きぎょうざ ナムル ごもく ラーメン かたぬきチーズ(中)	牛乳 やきぶた なんと わかめ チーズ(中)	米 ごまあぶら さとう ちゃんぽんめん	ぎょうざ ほうれんそう にんじん もやし たまねぎ キャベツ たけのこ	668 23.8	869 31.3
14(木)	ごはん 牛乳 ならのキャベツミンチカツ にんじんしりしり 紅白汁 お祝いプチゼリー(小)	牛乳 シーチキン とうふ みそ ならのキャベツミンチカツ	米 あぶら さとも しらたまもち(しろ・あか) おいわいプチゼリー(小)	にんじん コーン だいこん えのきたけ はねぎ	654 23.0	732 25.2
15(金)	コッペパン 牛乳 鶏肉のカレー風味焼き じゃこサラダ ポトフ チョコ大豆クリーム	牛乳 とりにく ちりめんじゃこ カクテルワインナー	コッペパン さとう ごまあぶら じゃがいも チョコだいたいクリーム	だいこん ブロッコリー たまねぎ にんじん キャベツ カリフラワー	669 32.5	773 36.5
18(月)	ごはん 牛乳 チキンなんばん ほうれん草としめじの和え物 菜の花のすまし汁 タルタルソース(卵なし)(小・中) いちご(小) 味付小魚(中)	牛乳 とりにく はながたかまぼこ(さくら) とうふ うすあげ いわし(中)	米 あぶら さとう ごまあぶら タルタルソース(たまごなし)	ほうれんそう あじつきしめじ なのはな にんじん たまねぎ いちご(小)	663 25.8	779 32.2

**\*今月の地場産物\***

米・こめこパン・コッペパン・こんにやく・カレールウ・ふしめん・こめこニョッキ  
ならのキャベツミンチカツ・ぶたにく・とりにくだんご・みそ・キャベツ・だいこん  
ほうれんそう・しろねぎ・はねぎ・しめじ・あじつきしめじ・ウスターソース  
アイスcream(中)

★奈良県で生産された食材を紹介します。献立表のなかで、地場産物は太字にしています★

**★給食なしのお知らせ★**

8日(金) 新庄小4年  
14日(木) 新庄中・白鳳中  
中学校3年生 7日(木)  
幼稚園 14日(木)  
小・中学校 18日(月)

給食最終日

**★栄養価の表示★**

上の段:エネルギー(kcal)  
下の段:たんぱく質(g)

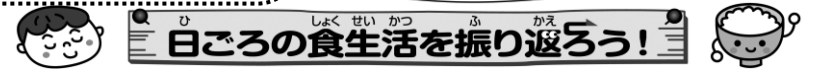
3月平均

678  
26.5

835  
32.7



**1年間ありがとうございました**



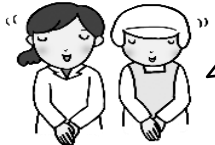
3月18日で今年度の給食が終了します。今年度も1年間、学校給食にご協力をいただき、ありがとうございました。新年度も新しいこन्दて、地域のおいしさあふれるこन्दてなど魅力あふれる給食を届けたいと思います。

4月からも給食センター職員一同、力を合わせておいしい給食を作ります!どうぞよろしくお願ひいたします。

**◆◆新年度の給食開始予定日◆◆**

幼稚園(年中・年長)・小学校(2~6年)・中学校(2・3年)・・・4月12日(金)  
中学校1年・・・4月15日(月)  
小学校1年・・・4月16日(火)  
幼稚園年少・・・4月22日(月)

ありがとうございました



4月からの給食も  
楽しみにしていて  
くださいね♡

ねん ぶ かえ  
1年を振り返って...

