2026年 3月　　学校給食予定献立表

※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。

葛城市学校給食センター

2（月）

ごはん　牛乳　レモンバジルナゲット
いんげんのごま和え　カレーうどん

献立名・材料名	食品群	アレルゲン
ごはん		
せいはくまい	黄	
牛乳		
牛乳	赤	乳
レモンバジルナゲット		
レモンバジルナゲット	赤	
いんげんのごまあえ		
いんげんまめ	緑	
いりすりごま	黄	
さとう	黄	
こいくちしょうゆ		
みず		
カレーうどん		
うどん	黄	
ぶたにく	赤	
うすあげ	赤	
にんじん	緑	
たまねぎ	緑	
はねぎ	緑	
カレールウ（こむぎなし）	黄	
こいくちしょうゆ		
だしパック		
みず		

幼稚園	
ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	508
たんぱく質(g)	17.7

3（火）

ごはん　牛乳　さわらごまみそだれ
ひじきいり煮　豚じゃが
ひなまつりゼリー

献立名・材料名	食品群	アレルゲン
ごはん		
せいはくまい	黄	
牛乳		
牛乳	赤	乳
さわらごまみそだれ		
さわら	赤	
いりすりごま	黄	
みそ	赤	
さとう	黄	
さけ		
みりん		
みず		
ひじきいりに		
ひじき	赤	
にんじん	緑	
むきえだまめ	緑	
うすあげ	赤	
あぶら	黄	
さとう	黄	
こいくちしょうゆ		
みりん		
だしパック		
ぶたじゃが		
ぶたにく	赤	
じゃがいも	黄	
にんじん	緑	
たまねぎ	緑	
いとこんにゃく	黄	
いんげんまめ	緑	
あぶら	黄	
さとう	黄	
こいくちしょうゆ		
みず		
だしパック		
ひなまつりゼリー		
ひなまつりゼリー	黄	

幼稚園	
ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	603
たんぱく質(g)	25.3

4（水）

ごはん　牛乳　和風つくね
にんじんしりしり　にゅうめん

献立名・材料名	食品群	アレルゲン
ごはん		
せいはくまい	黄	
牛乳		
牛乳	赤	乳
わふうつくね		
キャベツいりひらつくね	赤	
こいくちしょうゆ		
さとう	黄	
みりん		
でんぷん	黄	
みず		
にんじんしりしり		
にんじん	緑	
シーチキン	赤	
コーン	緑	
あぶら	黄	
こいくちしょうゆ		
にゅうめん		
ふしめん	黄	
とうふ	赤	
とりにくだんご	赤	
うすあげ	赤	
たまねぎ	緑	
ほししいたけ	緑	
はねぎ	緑	
だしパック		
こいくちしょうゆ		
みりん		
みず		

幼稚園	
ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	513
たんぱく質(g)	21.3

5（木）

ごはん　牛乳　ぶたにくのかりん揚げ
ブロッコリーのおかか和え
やさいたっぷり春みそしる

献立名・材料名	食品群	アレルゲン
ごはん		
せいはくまい	黄	
牛乳		
牛乳	赤	乳
ぶたにくのかりんあげ		
ぶたにく	赤	
さけ		
こいくちしょうゆ		
しょうが	緑	
でんぷん	黄	
あぶら	黄	
こいくちしょうゆ		
さとう	黄	
みず		
ごま	黄	
ブロッコリーのおかかあえ		
ブロッコリー	緑	
かつおぶし	赤	
さとう	黄	
こいくちしょうゆ		
やさいたっぷりはるみそしる		
さくらがたかまぼこ✿	赤	
もやし	緑	
はるキャベツ	緑	
たまねぎ	緑	
えのきたけ	緑	
とりにく	赤	
みそ	赤	
みず		
だしパック		

幼稚園	
ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	552
たんぱく質(g)	25

6（金）

コッペパン　牛乳
肉団子のトマト煮　いちごジャム
はるキャベツのクリーム煮

献立名・材料名	食品群	アレルゲン
コッペパン		
コッペパン	黄	乳
牛乳		
牛乳	赤	乳
にくだんごのトマトに		
うすあじにくだんご	赤	
あかピーマン	緑	
たまねぎ	緑	
しめじ	緑	
オリーブオイル	黄	
にんにく	緑	
しょうが	緑	
チキンスープ		
ダイストマト	緑	
トマトケチャップ		
とんかつソース		
さとう	黄	
しお		
はるキャベツのクリームに		
ベーコン	赤	
にんじん	緑	
はるキャベツ	緑	
たまねぎ	緑	
じゃがいも	黄	
チキンスープ		
しお		
こしょう		
こめこ	黄	
とうにゅう	赤	
みず		
いちごジャム		
いちごジャム	黄	

幼稚園	
ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	491
たんぱく質(g)	19.7

9（月）

ごはん　ジョア（ストロベリー）
焼きいも　棒棒鶏　麻婆豆腐

献立名・材料名	食品群	アレルゲン
ごはん		
せいはくまい	黄	
ジョア（ストロベリー）		
ジョア（ストロベリー）	赤	乳
やきいも		
ひとくちやきいも	黄	
あぶら	黄	
バンバンジー		
むしささみ	赤	
もやし	緑	
きゅうり	緑	
にんじん	緑	
いりすりごま	黄	
さとう	黄	
こいくちしょうゆ		
す		
とうばんじゃん		
ごまあぶら	黄	
しょうが	緑	
マーボーどうふ		
とうふ	赤	
ぶたひきにく	赤	
たまねぎ	緑	
あかピーマン	緑	
はねぎ	緑	
ほししいたけ	緑	
にんにく	緑	
マーボーあじベース		
しょうが	緑	
ごまあぶら	黄	
さとう	黄	
こいくちしょうゆ		
でんぷん		
ちゅうかあじ	黄	
とうばんじゃん		
みず		

幼稚園	
ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	506
たんぱく質(g)	19.7

10（火）

ごはん　牛乳　チキンカツ
ポークカレー　お祝いフルーツポンチ

献立名・材料名	食品群	アレルゲン
ごはん		
せいはくまい	黄	
牛乳		
牛乳	赤	乳
チキンカツ		
ポテトとおこめのささみカツ	赤	
あぶら	黄	
ポークカレー		
ぶたにく	赤	
じゃがいも	黄	
にんじん	緑	
たまねぎ	緑	
ソテーオニオン		
カレールウ（こむぎなし）	黄	
カレーこ		
とんかつソース		
チキンスープ		
あぶら	黄	
みず		
おいわいフルーツポンチ		
ミックスフルーツ	緑	
ダイスゼリー	黄	
（もも・りんご・いちご）		

幼稚園	
ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	647
たんぱく質(g)	23

11（水）

ごはん　牛乳
さばみぞれかけ　切干大根の煮物
元気もりもり～あたたかとんじる～

献立名・材料名	食品群	アレルゲン
ごはん		
せいはくまい	黄	
牛乳		
牛乳	赤	乳
さばみぞれかけ		
さばのみぞれに	赤	
きりぼしだいこんのにもの		
きりぼしだいこん	緑	
にんじん	緑	
つきこんにゃく	黄	
うすあげ	赤	
あぶら	黄	
みりん		
さとう	黄	
こいくちしょうゆ		
だしパック		
げんきもりもり～あたたかとんじる～		
ぶたにく	赤	
だいこん	緑	
たまねぎ	緑	
はねぎ	緑	
にんじん	緑	
さといも	黄	
じゃがいも	黄	
むきえだまめ	緑	
みそ	赤	
だしパック		
みず		

幼稚園	
ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	516
たんぱく質(g)	22.5

12（木）

ごはん　牛乳　ししゃもの磯辺あげ
うめこんぶ和え　いものこ汁

献立名・材料名	食品群	アレルゲン
ごはん		
せいはくまい	黄	
牛乳		
牛乳	赤	乳
ししゃものいそべあげ		
ししゃも	赤	
あぶら	黄	
あおのり	赤	
てんぷらこ	黄	
みず		
うめこんぶあえ		
キャベツ	緑	
きゅうり	緑	
カリカリうめ	緑	
しおこんぶ	赤	
いものこじる		
とりにく	赤	
にんじん	緑	
さといも	黄	
なめこ	緑	
とうふ	赤	
こんにゃく	黄	
しろねぎ	緑	
こいくちしょうゆ		
しお		
みりん		
だしパック		
みず		

幼稚園	
ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	471
たんぱく質(g)	19.6

13（金）

米粉パン　牛乳　お祝いプチゼリー
鶏肉のレモンソース
花野菜サラダ　コンソメスープ

献立名・材料名	食品群	アレルゲン
こめこパン		
こめこパン	黄	乳
牛乳		
牛乳	赤	乳
とりにくのレモンソース		
とりにく・でんぷんつき	赤	
あぶら	黄	
さとう	黄	
こいくちしょうゆ		
レモンかじゅう	緑	
みず		
はなやさいサラダ		
ブロッコリー	緑	
カリフラワー	緑	
コーン	緑	
ねぎごまドレッシング	黄	
コンソメスープ		
ベーコン	赤	
じゃがいも	黄	
キャベツ	緑	
にんじん	緑	
たまねぎ	緑	
ほうれんそう	緑	
こしょう		
チキンスープ		
こいくちしょうゆ		
みず		
おいわいプチゼリー		
おいわいゼリー	黄	

幼稚園	
ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	515
たんぱく質(g)	23.8

食品群…赤：からだの血や肉になるもの　黄…からだの熱や力になるもの　緑…からだの調子をととのえるもの

アレルゲン…卵:卵 乳:乳 ｴﾋ:えび 蟹:かに

～今月の地場産物～ ＊奈良県で生産・製造された食材を紹介します＊

米・パン・ふしめん・こんにゃく・じゃがいも・さといも・とりにくだんご
なめこ・キャベツ・だいこん・しろねぎ・はねぎ・ほうれんそう

そつえんするみなさんへ
4がつからは ピカピカの1ねんせいですね。しょうがっこうのきゅうしょくも たのしみにしていてね♡

★来年度の給食予定★

小・中学校給食開始…4月10日(金)
幼稚園給食開始…4月13日(月)
小学校1年生給食開始…4月15日(水)
幼稚園3歳児給食開始…4月20日(月)

給食の準備をよろしくお願いします

1年間ありがとうございました

来年度もおいしい
給食をお届けします！
どんなこんだてがでるかな…😊
楽しみにしていてくださいね✨