



学校給食献立表

令和6年度
呉市立安浦中学校

月日	献立名	主に体をつくる食品	主に体の調子をととのえる食品	主にエネルギーなる食品	1献立 - たんぱく質
3日 (月)	★行事食(ひな祭り)★ ちらし寿司 牛乳 ほうれん草の白和え すまし汁 	牛乳 あなご 卵 えび 豆腐 わかめ	菜の花 れんこん ごぼう 干しいたけ ほうれん草 にんじん こんにゃく 玉ねぎ えのきだけ	米 三温糖 白ごま ふ	693 27
4日 (火)	★みそ汁で旬を味わおう献立★ ごはん 牛乳 シシバーク ひじきの炒め煮  3月のみそ汁【かぶ・菜の花】	牛乳 猪肉 豆腐 卵 ひじき 大豆 わかめ 油揚げ みそ	玉ねぎ にんじん ごぼう こんにゃく れんこん さやいんげん かぶ 菜の花 しめじ	米 パン粉 三温糖 油	714 28
5日 (水)	★広島県の郷土料理(めた)★ ごはん 牛乳 さばのみそ煮 わけぎのめた かきたま汁	牛乳 さば 赤みそ いか 卵 豆腐 わかめ	わけぎ にんじん 玉ねぎ えのきだけ	米 三温糖 白ごま でんぷん	698 32
6日 (木)	★卒業おめでとう献立★ 赤飯 はっこう乳 コメカラ 納豆和え お祝いみそ汁 クレープ	はっこう乳 鶏肉 納豆 ちりめんいりこ のり なると わかめ 豆腐 油揚げ みそ	しょうが にんにく 小松菜 白菜 にんじん 玉ねぎ えのきだけ	赤飯 油 さつまいも	821 31
7日 (金)	★3年生最後の給食★ きなこパン 牛乳  ポトフ フルーツポンチ	きな粉 牛乳 鶏肉	白菜 玉ねぎ にんじん しめじ かぶ ブロッコリー みかん パイン 黄桃 りんご バナナ ナタデココ	パン 油 三温糖 じゃがいも	709 25
	1年生は弁当の日です。2年生のみ、給食があります。				
10日 (月)	エビクリームライス 牛乳 (キャロットライス& エビクリームソース) ツナサラダ	牛乳 えび 鶏肉 うずら卵 チーズ 豆乳 ツナ	にんじん パセリ 白菜 玉ねぎ しめじ エリンギ ほうれん草 大根 きゅうり とうもろこし	米 バター じゃがいも 油 小麦粉 三温糖	722 26
11日 (火)	ごはん 牛乳 猪マーボー豆腐 揚げぎょうざ  春雨サラダ	牛乳 猪肉 豆腐 みそ ぎょうざ	玉ねぎ にんじん にら 干しいたけ しょうが にんにく 白菜 小松菜	米 三温糖 ごま油 でんぷん 油 春雨 白ごま	834 30
12日 (水)	ごはん 牛乳 ホキのしそマヨ焼き 小松菜のアーモンド和え 沢煮椀	牛乳 ほき	小松菜 白菜 にんじん もやし とうもろこし ごぼう 大根 玉ねぎ えのきだけ こんにゃく	米 マヨネーズ アーモンド 三温糖	689 25
13日 (木)	ビビンバ(ごはん) 牛乳 トックスープ	牛乳 牛肉 卵 鶏肉 わかめ	しめじ えのきだけ にんにく もやし にんじん 小松菜 玉ねぎ ほうれん草	米 三温糖 白ごま ごま油 油 トック	708 27
14日 (金)	ピザドック 牛乳 野菜のスープ煮 海藻サラダ	牛乳 ウィンナー チーズ 鶏肉 海藻ミックス ツナ	玉ねぎ ピーマン にんにく ほうれん草 にんじん しめじ ブロッコリー きゅうり 大根 とうもろこし	パン オリーブ油 じゃがいも 三温糖 ごま油 白ごま	741 32
17日 (月)	キムタクごはん(ごはん) 牛乳 瀬戸内さっぱりサラダ おからマフィン	牛乳 豚肉 ちりめんいりこ ツナ 卵 おから	にんにく こんにゃく にら 白菜キムチ たくあん きゃべつ にんじん きゅうり レモン	米 ごま油 白ごま 春雨 マヨネーズ 三温糖 バター 小麦粉 アーモンド	773 25
18日 (火)	わかめごはん 牛乳 五目うどん ししゃもとちくわの磯辺揚げ  かみかみ和え	わかめ 牛乳 鶏肉 わかめ 油揚げ 青のり ししゃも ちくわ	玉ねぎ にんじん しめじ ねぎ 切干大根 きゅうり	米 うどん 天ぷら粉 油 三温糖 白ごま	740 28
19日 (水)	ごはん 牛乳 スコップコロッケ 即席漬け なめこ汁	牛乳 豚肉 昆布 豆腐 油揚げ わかめ みそ	玉ねぎ にんじん きゃべつ きゅうり もやし なめこ 大根	米 じゃがいも 油 三温糖 パン粉 ごま油 白ごま 	705 25
21日 (金)	振替休日				
24日 (月)	牛すじカレー(ごはん) 牛乳 ひじきサラダ おかしな目玉焼き	牛乳 牛肉 ひじき ハム チーズ	玉ねぎ にんじん きゃべつ きゅうり 黄桃	米 じゃがいも 油 三温糖	792 25

3年生が最後の給食となる7日(金)は、
『きなこパン 牛乳 ポトフ フルーツポンチ』です!!



※ 物資の都合上、献立を変更することがあります

