

令和7年 3月分 学校給食献立表

＜お願い＞アレルギーをお持ちの方は、使用している食品を必ずご確認ください。 *印は卵を使用したメニュー、献立です。 <直送>は業者から学校へ直接配送する食品です。

日・曜日	3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	17 (月)〈振替日〉	
こ ん だ て	ごはん ぎゅうにゅう あさりのすましじる はながたとうふハンバーグ セルフちらしずしふう ひなあられ	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) マーボーあつあげ ぎょうざ ほうれんそうのナムル	コッペパン はっこうにゅう (ジョア) はるやさいのクリームシチュー ＊チキンラーメンコロッケ ブロッコリーのサラダ りんごジャム	ごはん ぎゅうにゅう きりぼしだいこんのみそしる こめこのたこやき ぶたキムチ	ごはん ぎゅうにゅう ぶたじゃが かきあげ こまつなのびたし	ごはん ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ ハンバーグのデミソース まぐろのフレークに	ごはん ぎゅうにゅう とりすき しゅうまい いんげんのごまいため	ナン ぎゅうにゅう ポークカレー ウインナーソーセージ だいこんサラダ	わかめごはん はっこうにゅう (ジョア) とんじる ささみフライ みかんクレープ	ごはん ぎゅうにゅう ちゅうかスープ ポテトコロッケ ぶたにくのやきにくふう	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) ハヤシライス チキンナゲット ピーチしらたま	
お い り よ う	精白米 70	精白米 70	コッペパン 1コ	精白米 70	精白米 70	精白米 70	精白米 70	精白米 70	ナン (70g) 1袋 ＜直送＞	精白米 75 わかめご飯の素 1.5	精白米 70	精白米 75
	普通牛乳 1本	はっ酵乳(アシドミルク) 1本	はっ酵乳(ジョア) 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	はっ酵乳(ジョア) 1本	普通牛乳 1本	はっ酵乳(アシドミルク) 1本
	鶏肉 細切れ 25 あさり水煮 5 大根 25 白菜 20 人参 5 淡口しょうゆ 5 食塩 0.1 削り節 2 だし昆布 0.2	豚ひき肉 30 厚揚げ(小) 45 新玉ねぎ 30 人参 15 たけのこ 10 白ねぎ 10 冷凍おろししょうが 1 冷凍おろしにんにく 0.1 八丁味噌 4.5 濃口しょうゆ 2.6 砂糖 1.2 日本酒 0.5 トウバンジャン 0.1 食塩 0.1 片栗粉 1 なたね油 1	鶏肉 細切れ 25 新じゃがいも 15 カットポテト 10 新玉ねぎ 20 人参 10 春キャベツ 10 信州みそ 5.8 赤みそ 5 小松菜 5 豆乳(無調整) 20 ホワイトルウ(乳・小麦不使用) 9 ポークフィヨン 5 食塩 0.3	鶏肉 細切れ 10 切干大根 3 新玉ねぎ 20 人参 10 信州みそ 5.8 赤みそ 5 削り節 2.5 だし昆布 0.1	豚肉 30 新じゃがいも 25 カットポテト 25 新玉ねぎ 30 新じゃがいも 15 こんにやく 10 人参 10 むきえだまめ 3 濃口しょうゆ 5 砂糖 2.2 みりん 1 なたね油 1 削り節 0.5	アルファベットマカロニ 4 豚肉 15 春キャベツ 20 新玉ねぎ 20 新じゃがいも 10 こんにやく 10 人参 5 パセリ(乾) 0.04 ポークフィヨン 5 淡口しょうゆ 4 食塩 0.3 こしょう 0.02	鶏肉 細切れ 25 豆腐 30 新玉ねぎ 30 新じゃがいも 30 人参 10 冷凍おろしにんにく 0.15 カレールウA 9 カレールウB 9 ポークフィヨン 5 生しいたけ 2 濃口しょうゆ 5 濃口しょうゆ 1 なたね油 1	豚肉 30 新玉ねぎ 30 白菜 35 人参 30 ささがきごぼう 10 生しいたけ 3 ささがきごぼう 10 ポークフィヨン 5 生しいたけ 2 濃口しょうゆ 5 濃口しょうゆ 1 なたね油 1	豚肉 20 白菜 20 大根 20 新じゃがいも 10 新玉ねぎ 10 人参 10 生しいたけ 3 マッシュルーム 5 ハヤシルウ(乳・小麦不使用) 15 トマトピューレー 5 トマトケチャップ 1.5 食塩 0.03 なたね油 1	鶏肉 20 白菜 25 新玉ねぎ 20 新じゃがいも 35 人参 15 マッシュルーム 5 ハヤシルウ(乳・小麦不使用) 15 トマトピューレー 5 トマトケチャップ 1.5 食塩 0.03 なたね油 1		
	花型豆腐ハンバーグ(40g) 1コ 冷凍おろししょうが 0.2 濃口しょうゆ 2 砂糖 0.7 みりん 0.6 片栗粉 0.3	冷凍おろししょうが 0.2 トウバンジャン 0.1 食塩 0.1 片栗粉 1 なたね油 1	＊チキンラーメンコロッケ (50g)(卵乳小麦含む) 1コ 揚げ油 4	豚肉 25 白菜キムチ 10 緑豆もやし 5 にら 2 濃口しょうゆ 0.1 食塩 0.01 ごま油 0.5	ハンバーグ(50g) 1コ デミグラスソース 5 トマトケチャップ 3 ウスターソース 2 トマトピューレー 0.5	まぐろ油漬 20 焼き竹輪 8 人参 8 砂糖 1 濃口しょうゆ 0.9	鶏肉 10 さやいんげん 15 人参 7 白すりごま 0.25 白いりごま 0.25 砂糖 1 濃口しょうゆ 0.6 みりん 0.3 ごま油 0.5	まぐろ油漬 10 大根 20 きゅうり 5 人参 5 青じそドレッシング 3	ささみフライ(55g) 1コ 揚げ油 4 濃厚ソース 4	ポテトコロッケ(50g) 1コ 揚げ油 4 濃厚ソース 4	チキンナゲット(18g) 2コ 揚げ油 4 トマトケチャップ 5	
	鮭フレーク 13 むきえだまめ 6 人参 6 ホールコーン 3 砂糖 0.84 食酢 0.5 濃口しょうゆ 0.5 なたね油 0.5	ぎょうざ(17g) 2コ 濃口しょうゆ 3 食酢 2.5	ほうれん草 30 人参 5 白いりごま 0.5 白すりごま 0.5 濃口しょうゆ 1.8 食塩 0.05 ごま油 0.5	まぐろ油漬 10 ブロッコリー 25 人参 5 醤油ドレッシング 4	油揚げ 3 小松菜 25 人参 5 濃口しょうゆ 1 みりん 0.85 削り節 0.5	かき揚げ(50g) 1コ 揚げ油 4 みりん 4.5 濃口しょうゆ 2.3 砂糖 2 片栗粉 0.3	鶏肉 25 さやいんげん 15 人参 7 白すりごま 0.25 白いりごま 0.25 砂糖 1 濃口しょうゆ 0.6 みりん 0.3 ごま油 0.5	鶏肉 10 さやいんげん 15 人参 7 白すりごま 0.25 白いりごま 0.25 砂糖 1 濃口しょうゆ 0.6 みりん 0.3 ごま油 0.5	みかんクレープ(35g) 1コ (卵・乳・小麦不使用) ＜直送＞	豚肉 30 新玉ねぎ 10 人参 5 りんごペースト 1 冷凍おろししょうが 0.5 冷凍おろしにんにく 0.1 濃口しょうゆ 2.2 砂糖 1 みりん 0.6 なたね油 0.5	白玉団子(加糖) 30 黄桃(缶詰) 20 砂糖 1	
	ひなあられ(10g) 1コ	ぎょうざ(17g) 2コ 濃口しょうゆ 3 食酢 2.5	ほうれん草 30 人参 5 白いりごま 0.5 白すりごま 0.5 濃口しょうゆ 1.8 食塩 0.05 ごま油 0.5	まぐろ油漬 10 ブロッコリー 25 人参 5 醤油ドレッシング 4	油揚げ 3 小松菜 25 人参 5 濃口しょうゆ 1 みりん 0.85 削り節 0.5	かき揚げ(50g) 1コ 揚げ油 4 みりん 4.5 濃口しょうゆ 2.3 砂糖 2 片栗粉 0.3	鶏肉 25 さやいんげん 15 人参 7 白すりごま 0.25 白いりごま 0.25 砂糖 1 濃口しょうゆ 0.6 みりん 0.3 ごま油 0.5	鶏肉 10 さやいんげん 15 人参 7 白すりごま 0.25 白いりごま 0.25 砂糖 1 濃口しょうゆ 0.6 みりん 0.3 ごま油 0.5	みかんクレープ(35g) 1コ (卵・乳・小麦不使用) ＜直送＞	豚肉 30 新玉ねぎ 10 人参 5 りんごペースト 1 冷凍おろししょうが 0.5 冷凍おろしにんにく 0.1 濃口しょうゆ 2.2 砂糖 1 みりん 0.6 なたね油 0.5	白玉団子(加糖) 30 黄桃(缶詰) 20 砂糖 1	
	ひなまつり献立	ぎょうざ(17g) 2コ 濃口しょうゆ 3 食酢 2.5	ほうれん草 30 人参 5 白いりごま 0.5 白すりごま 0.5 濃口しょうゆ 1.8 食塩 0.05 ごま油 0.5	まぐろ油漬 10 ブロッコリー 25 人参 5 醤油ドレッシング 4	油揚げ 3 小松菜 25 人参 5 濃口しょうゆ 1 みりん 0.85 削り節 0.5	かき揚げ(50g) 1コ 揚げ油 4 みりん 4.5 濃口しょうゆ 2.3 砂糖 2 片栗粉 0.3	鶏肉 25 さやいんげん 15 人参 7 白すりごま 0.25 白いりごま 0.25 砂糖 1 濃口しょうゆ 0.6 みりん 0.3 ごま油 0.5	鶏肉 10 さやいんげん 15 人参 7 白すりごま 0.25 白いりごま 0.25 砂糖 1 濃口しょうゆ 0.6 みりん 0.3 ごま油 0.5	みかんクレープ(35g) 1コ (卵・乳・小麦不使用) ＜直送＞	豚肉 30 新玉ねぎ 10 人参 5 りんごペースト 1 冷凍おろししょうが 0.5 冷凍おろしにんにく 0.1 濃口しょうゆ 2.2 砂糖 1 みりん 0.6 なたね油 0.5	白玉団子(加糖) 30 黄桃(缶詰) 20 砂糖 1	
	エネジ 588 kcal	エネジ 598 kcal	エネジ 613 kcal	エネジ 547 kcal	エネジ 673 kcal	エネジ 620 kcal	エネジ 569 kcal	エネジ 599 kcal	エネジ 640 kcal	エネジ 610 kcal	エネジ 718 kcal	
	蛋白質 25.4 g	蛋白質 24.5 g	蛋白質 22.5 g	蛋白質 22.8 g	蛋白質 22.4 g	蛋白質 26.7 g	蛋白質 24 g	蛋白質 26.1 g	蛋白質 26.2 g	蛋白質 25.3 g	蛋白質 20.9 g	
	脂質 17.8 g	脂質 13.2 g	脂質 19.9 g	脂質 14.4 g	脂質 24.4 g	脂質 22 g	脂質 18.7 g	脂質 28.1 g	脂質 13.6 g	脂質 20.5 g	脂質 17.6 g	

<学校給食用半製品の材料>

保存料は使用していません

3日(月)	3日(月)	3日(月)	3日(月)	4日(火)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	10日(月)	11日(火)	13日(木)	13日(木)	14日(金)	14日(金)	17日(月)	17日(月)	
あさり水煮	花型豆腐ハンバーグ(40g)	鮭フレーク	ひなあられ(10g)	厚揚げ(小)	ぎょうざ(17g)	*チキンラーメンコロッケ(50g) (卵乳小麦含む)	米粉のたこ焼き(20g)	かき揚げ(50g)	ハンバーグ(50g)	しゅうまい(18g)	ささみフライ(55g)	みかんクレープ(卵・乳・小麦不使用X35g)	りんごペースト	ポテトコロッケ(50g)	チキンナゲット(18g)	白玉団子(加糖)	
あさり	たまねぎ 鶏肉 豆腐(大豆) おから(大豆) 粒状植物性たん白(大豆) 植物油 にんじん 砂糖 水溶性食物繊維 食塩 小麦不使用しょうゆ(大豆) 酵母エキス にんにくペースト 液状混合調味料 香辛料 しょうがペースト 加工デンプン 炭酸Ca 凝固剤 ピロリン酸第二鉄 安定剤(グァーガム)	鮭 食塩	もち米 しょうゆ 砂糖 のり	豆乳(大豆) でん粉 ぶどう糖 揚げ油 (植物油脂) トレハロース 豆腐用凝固剤	キャベツ 豚肉 玉葱 豚骨 粒状大豆 たん白(大豆) 醤油 ごま油 砂糖 食塩 蛋白加水分解物(小麦・大豆) にんにく 〔皮〕 小麦粉 グルテン(小麦) 食塩	じゃがいも パン粉(小麦) 味付油揚げめん (卵 小麦 乳) 鶏肉 大豆 ごま バターミックス (小麦) 玉ねぎ 砂糖 青ネギ 乾燥マッシュポテト 食塩 こしょう 調味料 (アミノ酸等)	米粉 キャベツ タコ 砂糖 食塩 和風だしの素 加工でんぶん 膨張剤 安定剤 (キサンタンガム) (一部に大豆を含む)	たまねぎ 小麦粉 にんじん 揚げ油(バーム油) ごぼう しゅんぎく 食塩 粉末状植物性たん白(大豆) 〔つなぎ〕 でん粉 粉末状植物性たん白(大豆) ドロマイト ぶどう糖加工品 ポークエキス 発酵調味料 食塩 加工油脂 酵母エキス チキンブイオン 加工でん粉 クエン酸鉄Na	豚肉 鶏肉 たまねぎ 粒状植物性たん白(大豆) 小麦粉 澱粉 果糖ぶどう糖液糖 〔つなぎ〕 でん粉 粉末状植物性たん白(大豆) コショウ 〔皮〕 小麦粉 グルテン(小麦) 食塩	玉ねぎ 豚肉 鶏肉 たん白(大豆) たん白(大豆) 小麦粉 澱粉 砂糖 食塩 蛋白加水分解物(大豆・小麦) コンショウ 〔皮〕 小麦粉 グルテン(小麦) 食塩	鶏肉(ささみ) 粉末状大豆 たん白(大豆) 食塩 香辛料 〔衣〕 パン粉(小麦) 小麦粉 米粉 植物油(大豆) 水あめ 大豆粉(大豆) レモン果汁 (濃縮還元) 小麦不使用しょうゆ(大豆) 加工デンプン 調味料(アミノ酸等) 乳化剤 増粘多糖類	うんしゅうみかん果汁 増粘剤 (濃縮還元) 砂糖 麦芽糖 砂糖 植物油(大豆) 米粉 水あめ 大豆粉(大豆) レモン果汁 (濃縮還元) 小麦不使用しょうゆ(大豆) 加工デンプン 調味料(アミノ酸等) 乳化剤 増粘多糖類	りんご 香料 酸味料 酸化防止剤 (ビタミンC)	じゃがいも 砂糖 パン粉(小麦) 粒状植物性たん白(大豆) しょうゆ 食塩 鶏肉 〔衣〕 パン粉(小麦) 小麦粉 着色料 カラメル カロチノイド 甘味料(ステビア)	鶏肉 粉末状大豆 たん白(大豆) 植物油脂 (大豆) でん粉 砂糖 しょうゆ 食塩 清酒 チキンエキス調味料 (小麦・大豆・鶏肉) かつおエキス調味料 魚醤 香辛料 加工デンプン	添加物製剤 ・pH調整剤 ・V.C クエン酸鉄 〔衣〕 天ぷら粉 ・小麦粉 ・でん粉 ・食塩 ・膨張剤 コーンフラワー でん粉 ぶどう糖 着色料製剤 揚げ油(大豆油)	もち米粉 加工デンプン 酵素(大豆)



池田市教育委員会
池田市立学校給食センター

がっ か

3月5日

チキンラーメンコロッケが
とうじよう
登場します!

にっしんしよくひん そうぎようしや あんどうももふく

日清食品の創業者である安藤百福さんが

1958年に「池田市」で世界初の インスタント
ラーメンである「チキンラーメン」を発明しまし
た。

がっ か あんどうももふく たんじようび ぐざい

3月5日は、安藤百福さんの誕生日です。具材
にチキンラーメンを混ぜ込んだコロッケが登場し
ます!

(※卵・乳・小麦含む)

今月の給食で使用されている旬の食材

はる しんたま しん こまつな
春キャベツ、新玉ねぎ、新じゃがいも、小松菜、
ブロッコリー、しいたけ、マッシュルーム、
あさり、わかめ

＜お知らせ＞
○加工食品等は、「学校給食用半製品の材料」
に原材料を記載しています。アレルギーをお
持ちの方は、必ずご確認ください。
○年間を通じて使用する調味料や加工食品等につ
いては、配合内容を一覧にして、各学校園
に配布しています。必要とされる方は、学校
園、もしくは、学校給食センターまでお申し
出ください。
○えび・かに・そば・落花生は使用していません。
○3月に使用するお米は、青森県でとれた「は
れわたり」を使用しています。

ホームページ

Instagram

毎日の献立をホームページや
Instagramで見ることができます。