



2026年

# きゅうしよくこんだて表3月

清須市学校給食センター



日	曜	献立名	主な材料とその働き						
			体をつくるもとになる		体の調子を整えるもとになる		エネルギーのもとになる		
			1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 ごはん・パン・めん・いも・砂糖	6群 油脂・種実	
2	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		みそおでん	豚肉 ちくわ はんぺん みそ		にんじん	こんにやく だいこん	さといも さとう		
		厚焼き卵(平つくね)	鶏卵				さとう		
		からしあえ			こまつな	もやし はくさい	さとう		
3	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		カマスの竜田揚げ	カマス				でんぷん さとう	あぶら	
		菜の花あえ			なばな	キャベツ とうもろこし	さとう		
		うしお汁	あさり なると		みつば	はくさい えのきたけ			
4	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		乳カレーライス(乳アレルギー対応カレー)	豚肉 チーズ		にんじん	たまねぎ	じゃがいも	あぶら	
		ビーンズサラダ	大豆 ウインナー			えだまめ きゅうり とうもろこし	ドレッシング		
		オレンジ				オレンジ			
5	木	乳小型ロールパン 牛乳		牛乳			パン		
		焼きそば	豚肉 いか ちくわ	青のり	にんじん	キャベツ しょうが	焼きそばめん	あぶら	
		揚げきょうざ	豚肉		にら	キャベツ たまねぎ しょうが	こむぎこ	あぶら	
		乳りんごヨーグルト(ぶどうゼリー)		ヨーグルト					
6	金	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		白ごまつくね	鶏肉 鶏レバー			たまねぎ	パンこ さとう	ごま あぶら	
		新香あえ				キャベツ だいこん漬			
		のっぺい汁	鶏肉 豆腐		にんじん こまつな		さといも でんぷん		
9	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		ちくわの磯辺揚げ	ちくわ	青のり			こむぎこ	あぶら	
		ささみとひじきのさっぱりあえ	鶏ささみ油漬	ひじき		きゅうり とうもろこし	さとう	ごまあぶら	
		豚汁	豚肉 油揚げ 豆腐 みそ		にんじん	こんにやく ごぼう だいこん ぶなしめじ ねぎ			
10	火	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		チキンライスの具	鶏肉		トマト	たまねぎ マッシュルーム グリンピース			
		オムレツ(サラダステーキ)	鶏卵				さとう	あぶら	
		ポトフ	ウインナー		にんじん ブロッコリー	キャベツ	じゃがいも		
11	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		マーボー豆腐	豚肉 豚レバー 大豆 豆腐 みそ			たまねぎ しいたけ ねぎ しょうが にんにく	さとう でんぷん	あぶら ごまあぶら	
		春巻き	鶏肉		にんじん	たけのこ たまねぎ キャベツ	こむぎこ はるさめ	あぶら ごまあぶら	
		ナムル		茎わかめ	チンゲンサイ	もやし	さとう	ごまあぶら	
12	木	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		豚肉のしょうが炒め	豚肉		さやいんげん	しょうが たまねぎ たけのこ	さとう でんぷん	あぶら	
		即席漬		こんぶ		はくさい もやし			
		呉汁	大豆 みそ 豆腐		にんじん	だいこん えのきたけ ねぎ			
13	金	白玉うどん 牛乳		牛乳			うどん		
		五目うどん	鶏肉 かまぼこ		にんじん ほうれんそう	はくさい しいたけ			
		もちいなり	油揚げ				もち さとう		
		梅ちりあえ		しらす	青しそ	キャベツ きゅうり うめ	さとう	ごま	
16	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		ぶりキャベツカツ	ぶり			キャベツ	パンこ こむぎこ	あぶら	
		豚肉と大根の煮物	豚肉 厚揚げ		にんじん さやいんげん	こんにやく だいこん	さとう		
		若竹汁	かまぼこ	わかめ		たけのこ ねぎ			
17	火	乳愛知の米粉入りパン 牛乳		牛乳			パン		
		ポークビーンズ	豚肉 大豆		トマト にんじん	たまねぎ グリンピース	じゃがいも さとう		
		花野菜のサラダ			ブロッコリー	カリフラワー とうもろこし		ドレッシング	
		乳型抜きチーズ(ミニ洋梨ゼリー)		チーズ					
18	水	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		鶏肉のからあげ	鶏肉			しょうが	でんぷん	あぶら	
		春キャベツのおかかあえ	かつおぶし		にんじん	キャベツ もやし	さとう		
		白みそ汁	油揚げ みそ	わかめ		たまねぎ ねぎ	じゃがいも		
19	木	チャーハン	焼き豚				たまねぎ とうもろこし えだまめ	ごはん	あぶら
		肉だんご	鶏肉			たまねぎ	パンこ さとう	あぶら	
		トックスープ			にんじん にら	はくさい	トック		
		パンパンシーサラダ	鶏ささみ油漬			キャベツ きゅうり		ドレッシング	
23	月	ごはん 牛乳		牛乳			ごはん		
		かぼちゃのひき肉フライ	豚肉		かぼちゃ	たまねぎ	パンこ さとう こむぎこ	あぶら	
		しそひじきあえ		ひじき	こまつな	キャベツ もやし しその実	さとう キヌア		
		ちゃんこ汁	鶏肉 豆腐		にんじん	たまねぎ ぶなしめじ ねぎ しょうが			
いちごのジュレ						いちごジュレ			

## ☆☆☆食育の日は18日に実施します☆☆☆

今月は、愛知県産の春キャベツを使って、「春キャベツのおかかあえ」をつくりまします。この季節のキャベツは、やわらかくて甘みがあり、あえものやサラダでもおいしくいただけます。

### セレクトデザート (小学校18日、中学校5日)



**カスタード風クレープ**  
カスタード風味のクリームを、もちもちとした食感のクレープで包んでいます。



**もものタルト**  
タルト生地にスポンジ、国産のももを使ったジャムを組み合わせています。

※どちらも原材料には乳・卵・小麦を使用していません。

※今月は、愛知県産のキャベツ、みつば、チンゲンサイを使用する予定です。[ ]部分  
 ※献立内容や食材は、都合により変更する場合があります。  
 ※使用する食材は、6つの基礎食品群の分類を基本に記載しています。微量な食品や調味料などは記載していません。  
 特定原材料の使用については、「特定原材料等一覧表」でご確認ください。  
 (特定原材料等一覧表は、各学校から希望者に配布しています。また、清須市のホームページから見ることもできます。)  
 ※清須市では卵・乳アレルギー対応食を実施しています。(対応食がある日に○)  
 卵成分を含む献立には、献立名の前に【卵】でお知らせします。代替食がある場合には( )内に記載します。  
 乳成分を含む献立には、献立名の前に【乳】でお知らせします。代替食がある場合には( )内に記載します。  
 (乳アレルギー対象者の牛乳の代替食は「豆乳」、乳成分を含む主食の代替食は「ごはん」です)

## ご卒業おめでとうございます

友達や先生方と過ごした給食時間は、学生生活のかけがえのない思い出の一つとなっていることでしょうか。給食が届くまでにはたくさんの人が関わっていて、皆さんを大切に思う気持ちが詰まっています。これから先、困難にぶつかることがあったら、ぜひ給食のことを思い出してください。皆さんが元気で活躍できるようにと、いつまでも応援しています。

