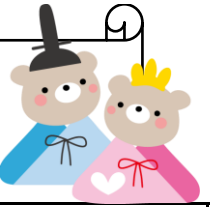


# 学校給食だより

令和7年 3月号  
徳島県立板野支援学校 給食部発行



日曜日	3月の予定献立			材 料 名					メ モ					
	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの(赤)		体の調子を整えるもの(緑)		熱や力のもとになるもの(黄)		熱量 kcal	タンパク g	脂肪 g	カルシウム mg	塩分 g
				肉・魚・卵・豆/豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	淡色野菜・くだもの	穀類・いも・さとう	油脂類					
3月	ごはん		鶏肉の照り焼き風 ゆかりあえ 菜の花のみそ汁	鶏肉	牛乳	ゆかり	キャベツ	ごはん 砂糖 デンプン	米油	季節の食べ物「菜の花」 752   37.4   23.3   369   3.6				
4月	米粉入りパン		わかめうどん ごま酢あえ りんごジャム	豚肉 かまぼこ 油揚げ	牛乳 わかめ	にんじん 葉ねぎ にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり	パン うどん 砂糖	ごま りんごジャム	高等部卒業式 724   30.4   17.3   431   4.4				
5月	ごはん		春色どんぶり(具) 豆腐のすまし汁	鶏肉 卵 でんぶ 豆腐 かまぼこ	牛乳	葉ねぎ	枝豆 しょうが えのきたけ	ごはん 砂糖 はるさめ		食事の前後はていねいに手を洗おう 658   32.1   19.8   329   2.0				
6月	ごはん		野菜の煮物 シーチキンサラダ	鶏肉 うずら卵 シーチキン	牛乳	にんじん さやいんげん ブロッコリー	れんこん ごぼう しめじ コーン キャベツ	ごはん こんにやく 砂糖 さといも	米油 ドレッシング	早寝・早起き・朝ごはん 676   32.7   17.3   345   2.0				
7月	ごはん		マーボー豆腐 ほうれんそうのミモザあえ	豚肉 みそ 豆腐 卵	牛乳	葉ねぎ	しょうがにんにく 白ねぎ しいたけ たけのこ	ごはん デンプン 砂糖	米油 ごま油 ごま 米油	中学部卒業式 691   28.8   22.9   386   2.0				
10月	ごはん		高野豆腐の煮物 キャベツの酢の物	鶏肉 高野豆腐 油揚げ 錦糸卵	牛乳	さやいんげん にんじん にんじん	たまねぎ しいたけ もやし キャベツ	ごはん じゃがいも 砂糖	ごま	よくかんで食べよう! 687   30.4   18.0   399   2.2				
11月	米粉入りパン		煮込みハンバーグ ボールキャベツ キャロットポタージュ いちごジャム	ハンバーグ ベーコン	牛乳 豆乳	にんじん パセリ	キャベツ エリンギ たまねぎ	パン 砂糖 いちごジャム		ポタージュに規格外にんじんで作った 「にんじんパウダー」を使用 782   29.6   27.3   570   3.2				
12月	ごはん		厚揚げとキャベツのオスターソース炒め バンバンジーサラダ	豚肉 厚揚げ ささみ	牛乳	小松菜 にんじん にんじん	しょうが キャベツ たまねぎ しめじ キャベツ きゅうり	ごはん 砂糖	米油 ドレッシング	地場産物「小松菜」 742   33.0   22.7   352   1.3				
13月	ごはん		さばの塩焼き いんげんの赤しそあえ 豚汁	さば 豚肉 みそ 豆腐	牛乳	ゆかり さやいんげん 葉ねぎ にんじん	ごぼう えのきたけ	ごはん ごま油 じゃがいも こんにやく		魚を食べよう!今日は「さば」 706   33.5   24.9   324   3.5				
14月	ごはん		ひき肉と根菜類の元気どんぶり(具) ワンタンスープ	豚肉 卵 ワンタン	牛乳	にんじん ほうれんそう 葉ねぎ	ごぼう 大根 にんにく しいたけ 白菜 たまねぎ たけのこ	ごはん 砂糖	米油	地場産物「白菜」 759   29.3   25.3   330   1.5				
17月	ごはん		スクランブルエッグ キャベツとウインナーのスープ	卵 ベーコン ウインナー	牛乳	にんじん	キャベツ たまねぎ	ごはん じゃがいも	バター	規則正しい生活をしよう 694   23.5   27.1   280   1.3				
18月	米粉入り こがた 小型パン		塩焼きそば 切り干し大根のサラダ みかんジャム	豚肉 チキンハム	牛乳	ニラ	もやし たまねぎ きゅうり キャベツ 大根 コーン	パン 中華そば みかんジャム	米油 マヨネーズ	初登場献立「塩焼きそば」 783   26.4   27.1   340   3.0				
19月	ごはん		豚肉のしょうが焼き ポイルもやし 洋風みそ汁	豚肉 ベーコン みそ	牛乳	にんじん さやいんげん	たまねぎ しょうが もやし たまねぎ キャベツ しめじ	ごはん	米油	毎月19日は「食育の日」 661   34.5   19.8   347   2.6				
20月	春分の日													
21月	ごはん		チキンカレー(具) フルーツポンチ	鶏肉	牛乳	にんじん	たまねぎ しょうが にんにく 枝豆 桃 みかん パイン	ごはん じゃがいも 砂糖 ゼリー	米油	今年度最後の給食です 754   21.3   22.3   272   1.7				
24月	修了式													

材料の購入、その他の理由により、献立を変更する場合があります。御了承ください。

平均値	719	30.2	22.5	362	2.5
基準値	760	32.3	21.1	420	2.8

## 1年間ありがとうございました!

今年度の給食は3月21日(金)で終了します。本校の食育、学校給食の取り組みに深いご理解とご協力をいただきまして誠にありがとうございました。

新年度もスタッフ一同、力を合わせて子どもたちの健康と夢を育む安全でおいしい給食づくり、そして食育に力を注いでいきます。どうぞよろしくお願いたします。

新年度の給食は4月10日(木)より開始予定です。

