



令和8年3月学校給食献立表

柳井市立学校給食センター TEL(0820)22-1312



日曜	こんだて	おもなざいりょう						エネルギー		食塩相当量 (g) 上段:小 下段:中
		あか		みどり		きいろ		kcal		
		おもにからだをつくる		おもにからだの調子をととのえる		おもにエネルギーのもとになる		たんぱく質		
		たんぱくしつ	むきしつ	カロテン	ビタミンC	たんすいかぶつ	ししつ	小	中	
2月	むぎごはん ぶたにくとだいこんのオイマヨいため ビーフンじる	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	だいこん キャベツ たまねぎ もやし しいたけ	★こめ むぎ さとう	ノンエッグマヨネーズ ごまあぶら	585	688	1.6
3火	えだまめ ゆかりごはん ひなまつりこんだて さわらのゆうあんやき さんしよくつみれのみそじる ひなあられ	さわら さんしよくつみれ みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	あかしそ にんじん ねぎ	えだまめ たまねぎ えのきたけ	★こめ むぎ さとう		591	695	1.8
4水	こくとうパン チキンカツ ② カレースープ いよかん	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん プロッコリー	たまねぎ	こめこパン くらざとう こむぎこ パンこ でんぶん	あぶら	635	756	2.4
5木	むぎごはん けんちょう ぶたにくとれんこんのみそいため	とりにく どうふ あぶらあげ ちくわ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	だいこん れんこん	★こめ むぎ さといも こんにやく さとう		646	767	1.8
6金	むぎごはん チキンチキンごぼう やさいつみれじる 中学校のみ おいわいクレープ	とりにく やさいつみれ とうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	ごぼう えだまめ たまねぎ いちごかじゅう	★こめ むぎ さとう でんぶん あぶら	あぶら	650	866	1.7
9月	むぎごはん ぶりのてりやき、だいこんおろし うさぎだいこんのあまずあえ とりにくとだいこんのもの	ぶりにく なまあげ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	しょうが だいこん きりぼしだいこん	★こめ むぎ でんぶん さとう さとう	あぶら	706	815	1.8
10火	わかめごはん かやくうどん はなっこりーとたくあんのごまあえ きよみオレンジ	あぶらあげ かまぼこ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん ねぎ	たまねぎ しいたけ たくあん きよみオレンジ	★こめ むぎ さとう うどん さとう	さとう ごま	576	703	2.2
11水	せわり コッペパン ホットドッグハンバーグ ゆでやさい ② ABCスープ ケチャップソース	とりにく ぶたにく だいたず	ぎゅうにゅう	トマト にんじん	たまねぎ にんにく しょうが キャベツ	さとう でんぶん		644	761	2.7
12木	むぎごはん チキンなんばん おいわいすましじる ノンエッグタルタルソース 小学校のみ おいわいクレープ	とりにく なると どうふ だいたず	ぎゅうにゅう	にんじん ねぎ	たまねぎ はくさい えのきたけ	★こめ むぎ でんぶん さとう あぶら	あぶら	756	738	1.8
13金	むぎごはん まーぼーだいこん たけのこのちゅうかいのため	ぶたにく どうふ みそ さつまあげ	ぎゅうにゅう	にんじん にら	だいこん たまねぎ しろねぎ しいたけ にんにく しょうが	さとう でんぶん	あぶら ごまあぶら	616	725	1.8
16月	むぎごはん みそなっとう ミートボールのあまずあん いちご	なっとう ぶたにく みそ ミートボール なまあげ	ぎゅうにゅう	ねぎ にんじん	たまねぎ たけのこ えだまめ しいたけ	じゃがいも さとう でんぶん		723	862	1.9
17火	むぎごはん ② ビーフカレー ② フルーツミックス	ぎゅうにく とうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ はくさい だいこん えだまめ にんにく しょうが りんご	★こめ むぎ じゃがいも		691	826	1.8
18水	コッペパン いわしのトマトに ツナサラダ ② はくさいのスープ りんごジャム	いわし まぐろみずに ベーコン	ぎゅうにゅう	トマト にんじん	たまねぎ レモンかじゅう キャベツ とうもろこし はくさい しめじ りんご	こめこパン さとう こめこ	ノンエッグマヨネーズ	712	843	3.0

※材料の都合により、献立を変更することがあります。

○柳井市でとれたおいしい食材を使っています!

- ・材料の太字は山口県産、★は柳井市産です。
- ・米は柳井市産の「ヒノヒカリ」、麦は山口県産の押麦を使用します。
- ・山口県産とうふの大豆は「サチユタカ」を使用します。
- ・米粉パンの小麦粉は、「せときらら」という小麦から作られます。

※山口県産の米、押麦、大豆、パン、うどんなどは、JAグループや山口県から補助をいただいています。



★3月11日(水)のパンの食べかた★

- ①平皿に「ホットドッグハンバーグ」、「ゆでやさい」をもりつける。
- ②背割りコッペパンに「ホットドッグハンバーグ」、「ゆでやさい」をはさむ。
- ③ケチャップソースをかけて食べる。

ホットドッグにして食べましょう!



★3月12日(木)のチキンなんばんの食べかた★

- ①平皿にチキンなんばんをもりつける。
- ②ノンエッグタルタルソースをかけて食べる。



ノンエッグタルタルソース

食塩相当量
平均値
小2.0g
中2.5g