

令和8年3月 献立表

南葛西第二小学校

日	曜	献立名		主な使用食材		
				赤：血や肉になる	黄：熱や力の元になる	緑：体の調子を整える
2	月	牛乳	鶏と卵のそぼろ丼	鶏肉、大豆、たまご	米、麦、油、三温糖、さとう	しょうが、かんぴょう、こまつな
			焼きししゃも	ししゃも		
			けんちん汁	木綿豆腐	油、こんにゃく、じゃがいも、ごま油	にんじん、だいこん、ねぎ
3	火	牛乳	☆ひなまつり献立☆			
			ちらし寿司	鶏肉、油揚げ、たまご	米、白ごま、三温糖、油、でん粉	しょうが、かんぴょう、干し椎茸、にんじん
			菜の花のごま和え		三温糖、白ごま、ねりごま	菜ばな、こまつな、もやし、にんじん
			かまぼこのすまし汁	木綿豆腐、あらははんぺん		にんじん、ぶなしめじ、ねぎ、こまつな
			いちごのミルクゼリー	アガー、牛乳	さとう	いちごソース
4	水	牛乳	胚芽パン		胚芽パン	
			魚のフライ	ホキ	小麦粉、でん粉、パン粉、油、三温糖	
			ゆでキャベツ		油、さとう	キャベツ、にんじん、きゅうり、玉ねぎ
			ABCスープ	鶏肉	アルファベットマカロニ	玉ねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな
5	木	牛乳	ご飯		米、麦	
			豆腐のうま煮	鶏肉、木綿豆腐、生揚げ、えび、いか	油、三温糖、でん粉、ごま油	しょうが、玉ねぎ、にんじん、はくさい、チンゲンサイ
			ワンタンスープ	鶏肉	ワンタンの皮、ごま油	にんじん、キャベツ、もやし、こまつな
6	金	牛乳	チキンピラフ	鶏肉	米、油	しょうが、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム
			ポトフ	鶏肉	油、じゃがいも	にんにく、玉ねぎ、にんじん、キャベツ
			チョコケーキ	たまご、おから	小麦粉、バター、さとう、チョコチップ、粉糖	
9	月	牛乳	きのこの和風スパゲッティ	鶏肉、ツナ缶、きざみのり	スパゲッティ、オリーブ油、油	にんにく、玉ねぎ、にんじん、ぶなしめじ、エリンギ
			バリバリポトのサラダ		じゃがいも、油、ごま油、三温糖	キャベツ、きゅうり、にんじん、ホールコーン
			ひよこ豆のスープ	鶏肉、ひよこ豆		玉ねぎ、にんじん、キャベツ、こまつな
10	火	牛乳	ご飯		米、麦	
			スタミナ納豆	鶏肉、納豆	ごま油、三温糖	しょうが、にんにく、こねぎ
			豚肉と豆腐のすき焼き煮	木綿豆腐、豚肉	三温糖、油、こんにゃく	ごぼう、にんじん、干し椎茸、たけのこ、はくさい、ねぎ
			さつまいものみそ汁	みそ	さつまいも	だいこん、にんじん
11	水	牛乳	きな粉揚げパン	きな粉	コッペパン、油、三温糖、グラニュー糖	
			コーンサラダ		白ごま、油、ごま油、さとう	キャベツ、きゅうり、にんじん、ホールコーン
			クリームシチュー	鶏肉、牛乳、豆乳、大豆	油、じゃがいも、バター、小麦粉	にんじん、玉ねぎ
			りんご			りんご
12	木	牛乳	キムチチャーハン	豚肉	米、油、さとう	しょうが、にんにく、にんじん、はくさいキムチ、ねぎ、にら
			中華卵スープ	たまご	でん粉、白ごま	玉ねぎ、にんじん、ぶなしめじ、ねぎ、こまつな
			さつまいもチップス		さつまいも、油、三温糖、はちみつ、白ごま	
13	金	牛乳	ご飯		米、麦	
			ジャンボ餃子	豚肉、大豆	餃子の皮、ごま油、小麦粉、油	しょうが、玉ねぎ、にら、はくさい
			春雨サラダ		緑豆はるさめ、三温糖、ごま油、白ごま	キャベツ、もやし、にんじん、きゅうり
			青梗菜スープ	カットわかめ	ごま油	にんじん、ねぎ、チンゲンサイ
			オレンジ			オレンジ
16	月	牛乳	ご飯		米、麦	
			ツナ入り卵焼き	鶏肉、大豆、木綿豆腐、ツナ缶、たまご	油、三温糖	玉ねぎ、にんじん
			野菜のごま和え		白ごま、三温糖	こまつな、キャベツ、にんじん、はくさい
			豆腐のみそ汁	木綿豆腐、みそ、カットわかめ	こんにゃく	だいこん、えのきたけ、ねぎ、こまつな
17	火	牛乳	みそラーメン	豚肉、みそ	蒸し中華麺、ごま油、油、白ごま	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、干し椎茸、キャベツ、ホールコーン
			焼肉サラダ	豚肉	ごま油、三温糖、白ごま、油	にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし
			きびなごの竜田揚げ	きびなご	でん粉、油	しょうが
18	水	牛乳	ご飯		米、麦	
			さわらのみそマヨ焼き	さわら	エッグフリーマヨネーズ、パン粉	
			じゃがいものきんぴら炒め	豚肉	油、こんにゃく、さとう、じゃがいも、油、白ごま	にんじん、ごぼう
			小松菜のすまし汁	鶏肉	でん粉	えのきたけ、玉ねぎ、にんじん、こまつな、ねぎ
19	木	牛乳	チキンカレーライス	豚肉、ヨーグルト、粉チーズ	米、麦、油、じゃがいも、バター、小麦粉	しょうが、にんにく、玉ねぎ、セロリー、にんじん
			海藻サラダ	糸寒天、カットわかめ、くきわかめ	白ごま、油、ごま油、さとう	もやし、きゅうり、ホールコーン
			サイダーボンチ		さとう	りんご缶、パイン缶、黄桃缶
23	月	牛乳	☆卒業・進級お祝い献立☆			
			赤飯	ささげ	米、もち米、黒ごま	
			赤魚の照り焼き	赤魚	三温糖、でん粉	しょうが
			カレーきんぴら	豚肉	油、じゃがいも、こんにゃく、三温糖、白ごま	にんじん、ごぼう
			すまし汁	鶏肉、木綿豆腐、なると、カットわかめ		えのきたけ、にんじん、ねぎ

※都合により、献立や食材が変更になる場合があります。