



2026年 3月献立表

【幼稚園】

小学校
3・4年 中学校

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	
					小学校 3・4年	中学校
2月	牛乳 ごはん 大分和牛のすき焼き さけの塩こうじやき	牛乳 牛肉 焼き豆腐 さけ	米 砂糖 油	にんじん だいこん はくさい 根深ねぎ ぶなしめじ こんにゃく	634 32.5	752 38.2
3火	牛乳 チョコチップパン ボトフ ハンバーグ ひなあられ	牛乳 ベーコン ウィンナー 豚肉・鶏肉(ハンバーグ)	ミルクパン チョコチップ じゃがいも 砂糖 ひなあられ	たまねぎ にんじん きゃべつ ブロッコリー	685 27.7	812 31.9
4水	牛乳 ごはん わかめスープ 豚肉のしょうが焼き かつおふりかけ	牛乳 豆腐 わかめ 鶏肉(つくね) かまぼこ 豚肉	米 でんぷん ごま ごま油 砂糖	えのきたけ にんじん しょうが たまねぎ ピーマン	612 26.5	724 30.2
5木	牛乳 ソフトフランス フルーツポンチ とり肉のアーモンドレモン	牛乳 鶏肉	コッペパン バター 白玉粉 カクテルゼリー 砂糖 小麦粉 でんぷん 油 アーモンド	パインアップル みかん 黄桃 ナタデココ にんじん りんご缶 えだまめ レモン	795 29.0	969 34.5
6金	牛乳 ごはん 野菜スープ ドライカレー ヨーグルト	牛乳 ベーコン 豚肉 ヨーグルト	米 油 砂糖	きゃべつ たまねぎ にんじん コー ン パセリ マッシュルーム グリン ピース にんにく しょうが	621 24.9	676 25.5
9月	牛乳 ごはん マーボー豆腐 ちゅうかサラダ 国産みかんゼリー	牛乳 とうふ 豚肉 麦みそ ハム	米 油 ごま油 でんぷん 国産みかんゼリー	にんじん たまねぎ ねぎ たけのこ しいたけ しょうが にんにく きゅうり きゃべつ	639 24.4	746 27.9
10火	牛乳 丸パン クリームに てりやきパティ ポイルきゃべつ	牛乳 ベーコン 鶏肉(照焼パティ)	ミルクパン じゃがいも ひ とくちいもち 油	たまねぎ にんじん きゃべつ ブロッコリー	682 28.4	837 34.6
11水	牛乳 わかめごはん 肉うどん 日出産ハモのいそべ揚げ	牛乳 わかめ 牛肉 かまぼこ 油揚げ 昆布 かつお節 ハモ 青のり	米 うどん 砂糖 小麦粉 油	しいたけ にんじん ねぎ	717 31.2	837 34.7
12木	牛乳 ミルクパン ミネストローネ おさつサラダ いちごのお祝いケーキ	牛乳 ベーコン ハム 卵・乳(いちごのお祝い ケーキ)	ミルクパン パスタ さつまいも ノンエッグマヨネーズ 小麦粉(いちごのお祝い ケーキ)	たまねぎ にんじん セロリ きゃべつ トマト パセリ きゅうり	604 21.6	746 26.4



ごそつえん おめでとうございます❀



しょうがくせいになったら、すこしきゅうしょくのりょうもふえます。
きゅうしょくをたくさんたべて、げんきでおおきくなってくださいね。