

令和8年3月 給食献立表

静岡市立清水江尻小学校（給食回数10回）

令和7年度 献立作成テーマ
「感謝して食べよう 静岡のめぐみと食を支える人たち」



日(曜)	献立	主に体を作る たんぱく質、無機質を多く含む	主に体の調子を 整える カロテン、ビタミンCを多く含む	主にエネルギーになる 炭水化物、脂質を多く含む	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g) カルシウム (mg) 塩分 (g)	備考
2 (月)	きなこあげパン	きなこ		パン あぶら さとう	626	給食の人気メニュー 「あげパン」
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			25.1	
	かぶいりポトフ	とりにく ウィンナー	たまねぎ キャベツ にんじん こがぶ	じゃがいも	386	
	ヨーグルト	ヨーグルト			2.1	
3 (火)	うなたまどん	うなぎ たまご		こめ むぎ	657	ひなまつり献立
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			25.6	
	けんちんじる	とうふ	ごぼう こんにゃく だいこん ねぶかねぎ	ごまあぶら じゃがいも	430	
	ひなまつりゼリー	とうにゅう	いちごかじゅう りんごかじゅ	さとう	1.7	
4 (水)	メロンパン	にゅうせいぶん		パン さとう	612	体を作る食べ物 「豚肉・豆腐」
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			23.7	
	やしそば	ぶたにく	しょうが にんじん キャベツ もやし	めん あぶら	392	
	わかめスープ	わかめ とうふ	たまねぎ ねぶかねぎ		2.7	
5 (木)	むぎごはん			こめ むぎ	597	おなかをきれいにする 食べ物 「かいそう」 ※6年生が考えた 献立です
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			21.8	
	とりにくとさつまいもの あまからに	とりにく だいず	しょうが	さつまいも でんぷん こむぎこ あぶら さとう ごま	298	
	かいそうサラダ	かいそう	きゅうり キャベツ	ドレッシング	1.7	
6 (金)	むぎごはん			こめ むぎ	606	ふるさと給食の日 「さばの あいじろみそ煮」 
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			23.2	
	さばのあいじろみそに おひたし	さば みそ	しょうが こまつな キャベツ	さとう	318	
	のっぺいじる	とうふ とりにく	にんじん だいこん ごぼう しいたけ こんにゃく ねぶかねぎ	さといも	1.4	
9 (月)	むぎごはん			こめ むぎ	598	食感を楽しもう 「あげぎょうざ」 ※6年生が考えた 献立です
	ふりかけ	かつおぶし のり		ごま さとう	19	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			359	
	あげぎょうざ	とりにく	キャベツ たまねぎ しょうが にんにく	こむぎこ	2	
	はるさめサラダ		にんじん きゅうり キャベツ	はるさめ ごま ごまあぶら さとう		
ちゅうかたまごスープ	たまご	たまねぎ チンゲンサイ	でんぷん			
10 (火)	えびカツバーガー	えび	キャベツ	パン げんまい こむぎこ パンこ あぶら タルタルソース	607	パンにはさんで 食べよう 「えびカツバーガー」
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			26.5	
	ココアシロップ			ココアシロップ	310	
	ミネストローネ	とりにく	にんじん たまねぎ トマト	マカロニ	2.2	
11 (水)	カレーライス	ぶたにく	しょうが にんにく たまねぎ にんじん りんごピューレ トマトピューレ	こめ むぎ あぶら じゃがいも	661	野菜をたくさん 食べよう 「コーンサラダ」
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			23.1	
	コーンサラダ		キャベツ きゅうり とうもろこし	ドレッシング	291	
	かたぬきレアチーズ	チーズ	いちご		2	
12 (木)	きゅうしよくなし ※5, 6年生はお弁当					
13 (金)	ビビンバ	ぶたにく	ほうれんそう にんじん もやし しょうが にんにく	こめ むぎ さとう ごまあぶら ごま あぶら	646	ごはんのせて たくさん食べよう 「ビビンバ」
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			25.8	
	わかめスープ	わかめ とうふ	たまねぎ ねぶかねぎ		356	
	ドーナツ			こむぎこ さとう チョコレート	1.5	
16 (月)	せきはん	あずき		こめ もちごめ ごま	643	卒業・進級 おめでとう! 
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			26.2	
	とりにくのてりやき	とりにく	しょうが	さとう	395	
	そくせきづけ	しおこんぶ	キャベツ きゅうり		2.2	
	みそしる	とうふ みそ	にんじん だいこん こまつな			
おいわいケーキ	とうにゅうかこうひん	いちごピューレ	さとう			

※パンの製造過程で、くるみ、卵、落花生、ごま、大豆、豚肉、りんご、ゼラチン等が混入する可能性があります。
 ※めん類の製造過程でそば・卵が混入する可能性があります。 ※魚には小骨が残っている場合があるため、食べる時は注意してください。
 ※食材の使用については今後さらに安全確認に努めていきます。 ※都合により献立に変更がある場合があります。
 ※令和7年4月以降、静岡市の学校給食では落花生、くるみを原材料とした給食の提供はありません。
 ※家庭配布献立表には、すべての食材は記載されていません。詳細な内容が必要な場合は、詳細献立表を確認してください。
 ※感染症対策のため、スプーンの提供を中止しています。はし、スプーンの持参をお願いいたします。
 ○挿絵・記事:「新食育ブック」少年写真新聞社