



[令和8年]

3月 中学校献立表



今月の給食目標

1年間の給食を振り返ろう

半田市学校給食センター

日	曜	除去食対応献立	献立名	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー kcal	中学校
				第1群	第2群	第3群	第4群	第5群	第6群		
				魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	穀類・いも・砂糖	油脂・種実		
2	月		三河赤鷄の五目ごはん 牛乳	とりにく あぶらあげ	牛乳	にんじん	ごぼう ほししいたけ	こめ		867	
			★コロッケ	ぶたにく きゅうにく		にんじん パセリ	たまねぎ	じゃがいも パンこ こむぎこ	あぶら		
			千草和え	かつお		ほうれんそう にんじん	キャバツ もやし	さとう			
			沢煮椀	ぶたにく とうふ		にんじん はねぎ	だいこん ごぼう えのきたけ				
			★ぶどうゼリー				ぶどう	さとう みずあめ			
3	火		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		752	
			ふき入りちらし 寿司の具	まぐろ		にんじん	ふき ごぼう れんこん たけのこ きゅうり	さとう			
			★ごぼう入り つくね(3個)	とりにく ぶたにく だいず			ごぼう たまねぎ	さとう			
			桜かまぼこ 入りすまし汁	とりにく かまぼこ とうふ		こまつな にんじん	えのきたけ だいこん				
			★ひなあられ					もちごめ さとう でんぷん			
4	水		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		757	
			★愛知の野菜入り 春巻き	とりにく		にんじん	キャバツ れんこん	こむぎこ さとう	ごまあぶら あぶら		
			中華サラダ	まぐろ			キャバツ もやし きゅうり		ドレッシング		
			トック入りわかめスープ	とりにく とうふ	わかめ	にんじん はねぎ	たけのこ ほししいたけ	こめこ			
5	木		愛知の米粉入りパン 牛乳		牛乳			パン		849	
			焼きそば	ぶたにく いか ちくわ	あおのり	にんじん	キャバツ もやし しょうが	めん	あぶら		
			フランクフルト	フランクフルト							
			★いちごゼリー 入りポンチ				いちご みかん もも パインアップル	さとう			
9	月		くろロールパン 牛乳		牛乳			パン		804	
			★ハンバーグの トマトソースかけ	ぶたにく とりにく だいず		トマト	たまねぎ	さとう			
			ポテトサラダ			にんじん	とうもろこし きゅうり	じゃがいも			
			ノンエッグマヨネーズ						ノンエッグ マヨネーズ		
			野菜のスープ煮	とりにく		にんじん パセリ ブロッコリー	たまねぎ エリンギ				
10	火		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		768	
			★とんかつ	ぶたにく				パンこ	あぶら		
			キャバツの赤しそ和え			あかしそ	キャバツ もやし				
			けんちん汁	とうふ		にんじん はねぎ	だいこん ごぼう こんにゃく	でんぷん			
11	水		麦ごはん 牛乳		牛乳			こめ おおむぎ		807	
			★しゅうまい(3個)	ぶたにく			たまねぎ	こむぎこ パンこ			
			ひじきと春雨のサラダ	まぐろ	ひじき	こまつな にんじん		はるさめ さとう			
			マーボー豆腐	とうふ ぶたにく みそ		にんじん いら	たまねぎ しょうが	さとう でんぷん			
12	木		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		827	
			さばの塩焼き	さば							
			たくあん和え				たくあん きゅうり キャバツ				
			牛丼	ぎゅうにく かまぼこ	知多牛	にんじん はねぎ	たまねぎ こんにゃく ごぼう えのきたけ	さとう			
13	金		ソフトめん 牛乳		牛乳			めん		807	
			ミートソース	ぶたにく		にんじん トマト	たまねぎ エリンギ しめじ グリンピース	さとう			
			★オムレツ	たまご							
			キャバツソテー	ベーコン		アスパラガス	キャバツ たまねぎ		オリーブあぶら		

◎食べるときは、よくかんで食べましょう。
 ※給食物資の購入都合により、献立の一部を変更することがあります。
 ※献立表にある★は、加工食品を表しています。すべての食材を表記しているものではありません。
 ※食物アレルギーに関して学校給食の対応が必要な方は、詳細なアレルギー資料をご確認ください。
 ※給食センターのメールアドレス kyushoku@city.handa.lg.jp
 『毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」です』

半田市のホームページで、給食レシピを紹介しています。ぜひ、ご覧いただき、ご家庭でもお試しください。QRコードを読み込むと、すぐにご覧いただけます。



日	曜	除去食対応献立	献立名	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー kcal		
				第1群	第2群	第3群	第4群	第5群	第6群			
				魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物・きのこ	穀類・いも・砂糖	油脂・種実			
16	月		麦ごはん 牛乳		牛乳			こめ おおむぎ		792		
			ビビンバ(肉)	ぶたにく みそ			にんにく	さとう				
			ビビンバ(ナムル)			こまつな にんじん	だいずもやし	さとう				
			ビーフンスープ	とりにく		にんじん はねぎ チンゲンサイ	たけのこ	ビーフン				
			ヨーグルト		ヨーグルト							
17	火		ミルクロールパン 牛乳		牛乳			パン		807		
			★チキンナゲットの ケチャップソースかけ (3個)	とりにく だいず おから				こめこ さとう でんぷん	あぶら			
			キャロットサラダ			にんじん	えだまめ きゅうり		ドレッシング			
			豆乳コーンスープ	ベーコン とうにゅう		にんじん パセリ	とうもろこし たまねぎ	じゃがいも				
18	水		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		812		
			★揚げぎょうざ(3個)	ぶたにく			キャベツ たまねぎ	こむぎこ	あぶら			
			れんこんサラダ	まぐろ			れんこん きゅうり とうもろこし		ドレッシング			
		卵	にらたま汁	たまご とりにく とうふ		にんじん にら	たまねぎ しょうが	はるさめ でんぷん				
			★アーモンド入り乾燥小魚		かたくちいわし			さとう	アーモンド			
19	木		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		848		
			★いかフライの レモンソースかけ	いか			レモン	パンこ こむぎこ さとう	あぶら			
			切干大根の和え物	ハム		にんじん	きりぼしだいこん きゅうり	さとう				
			半田ポークの肉じゃが	ぶたにく さつまあげ		にんじん さやいんげん	たまねぎ こんにゃく	じゃがいも さとう				
23	月		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		911		
			★さんまの銀紙焼き	さんま みそ				さとう こめこ				
			きゅうりの酢の物		わかめ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう				
		卵	関東煮 (うずら卵入り)	ぶたにく うずらたまご さつまあげ なまあげ よく噛んで食べましょう	こんぶ	にんじん	だいこん こんにゃく	さといも さとう				
			★お祝いクレープ	とうにゅう			いちご	さとう こめこ でんぷん	あぶら			
24	火		ごはん 牛乳		牛乳			こめ		849		
			カレー	ぶたにく		にんじん	たまねぎ グリーンピース	じゃがいも さとう				
			ハムステーキ	ハム								
			ブロッコリーサラダ			ブロッコリー	キャベツ とうもろこし		ドレッシング			
			★ローピーチゼリー(2個)				もも	さとう				
									給食回数 15回	基準値 (1食あたり)	中学校	830

1年間ありがとうございました!

卒業や進級など節目を迎える時期となりました。今年度も給食運営にご理解とご協力をありがとうございました。食事は健康な体をつくる土台となります。引き続き、安心・安全な給食を提供できるよう、職員一丸となって努めてまいります。よろしくお願いいたします。



ゆっくりよくかんで食べていますか?

3月23日(月) 関東煮にうずら卵を使用します。よくかんで食べましょう。

小学6年生・中学3年生 お祝い給食

<メニュー>

- 主食 ごはん
- 汁物 ココア揚げパン
- 主菜 知多牛のハッシュドビーフ
- 副菜 照り焼きチキン
- デザート ブロッコリーサラダ
- 飲み物 お祝いケーキ(小麦・乳・卵不使用)
- 牛乳

- 実施日
- 3月3日(火) 乙川中・亀崎中・青山中
 - 3月4日(水) 半田中・成岩中
 - 3月6日(金) 半田小・岩滑小・雁宿小
 - 乙川小・乙川東小・有脇小
 - 成岩小・宮池小・板山小
 - 3月10日(火) さくら小・横川小・亀崎小
 - 花園小

今月の愛知県産の食べ物

