



令和8年 3月 学校給食献立表

さぬき市大川学校給食共同調理場

★今月の食育目標：1年間の食生活をふり返ろう

さぬき市の食育

よくかんで食へよう

Table with columns for Date, Day, Menu Name, Food Groups (1-6), Seasonings, and Nutritional Values (Energy, Protein). Rows include meals like 2月, 3月, 4月, 5月, 6月, 9月, 10月, 11月, 12月, and 16月.



令和8年 3月 学校給食献立表

さぬき市大川学校給食共同調理場

★今月の食育目標：1年間の食生活をふり返ろう

日	曜	献立名	使用する食品名						栄養価			
			おもに体の組織をつくる(赤)		おもに体の調子を整える(緑)		おもにエネルギーとなる(黄)		調味料ほか	小学校4年	中学校2年	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群		エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	
17	火	牛乳 麦ごはん 焼き豆腐のみそそぼろ煮 まんばのごまドレッシングあえ きなこビーンズ(小中学校のみ) クレープ(幼稚園のみ)		牛乳				米 大麦 米 大麦 希少糖 でんぷん 希少糖 希少糖 クレープ	ごま油 ごま ごま油	一味しょうゆ 清酒 しょうゆ 酢	622	825
18	水	牛乳 ごはん 白身魚の香味ソース 葉ごぼうのきんぴら じゃがいもとたまねぎのみそ汁	メルルーサ 豚肉 てんぷら 油揚げ 豆腐 みそ	牛乳		ねぎ にんじん さやいんげん ねぎ	しょうが にんにく 葉ごぼう ごぼう たまねぎ	希少糖 でんぷん こんにやく 希少糖 じゃがいも	なたね油 ごま油 なたね油 ごま	酢 みりん しょうゆ 一味 しょうゆ みりん 清酒 煮干し(だし) 煮干し(だし)	22.6	28.2
19	木	牛乳 麦ごはん ほうれん草入りオムレツ 野菜のソテー わかめとチンゲンサイのスープ		牛乳				米 大麦 米 大麦 小松菜 キャベツ もやし しめじ コーン たまねぎ はるさめ	なたね油 なたね油	しょうゆ チキンコンソメ しょうゆ 中華だし ピーフコンソメ 鶏がらだし	20.3	24.9
23	月	牛乳 麦ごはん 揚げ鶏のレモンソースかけ ごまあえ だんご汁		牛乳				米 大麦 米 大麦 希少糖 でんぷん 希少糖 白玉だんご	なたね油 ごま	しょうゆ しょうゆ	650	857
			鶏肉 油揚げ みそ			小松菜 にんじん にんじん ねぎ	レモン キャベツ もやし だいこん しいたけ				25.2	32.1

※献立は材料その他の都合により変更をすることがあります。※塩・こしょう等少量の調味料は紙面の都合により表示しておりません。
 ※加工食品の内容成分や特定原材料の表示は、詳細献立表を各校・園に配付しておりますのでお問い合わせ下さい。
 ※さぬき市産及び香川県産が使用できる予定の料理名と食品名を、太字で表示しています。
 ※さぬき市の公式サイトでも献立表を公開しています。 さぬき市⇒子育て・教育⇒学校⇒給食⇒学校給食献立表

3月使用予定の地場産物



令和8年2・3月分学校給食費口座振替日は、2か月分まとめて令和8年3月31日(火)です。
 前日までに、引き落とし口座の残高確認をお願いします。



いただきまーす！

今月の食育目標：1年間の食生活をふり返ろう

今年度も残りわずかとなりました。みなさんは、1年間にわたり給食を食べながら、さまざまな食に関することを学んできました。健康な心と体を育てていくためには、給食を通して学んだことをこれからの生活に生かしていくことが大切です。この1年をふり返りながら、自分の食生活を見直してみましょう。



今年度、できたこと や がんばったことに○をつけてみよう！

<input type="checkbox"/> さぬき市や香川県の地場産物が分かった。 	<input type="checkbox"/> 香川県の郷土料理が分かった。 まんばのけんちゃん 	<input type="checkbox"/> よくかんで食べられた。 	<input type="checkbox"/> 感謝の気持ちを持って食べることができた。
<input type="checkbox"/> おやつは食べる時刻と量に気がつけた。 	<input type="checkbox"/> 早寝・早起き・朝ごはんができた。 	<input type="checkbox"/> 食器やはしを正しく持ち、マナー良く食べられた。 	<input type="checkbox"/> いろいろな食べ物にチャレンジできた。

4月からの食に関する目標を立ててみよう。

《新年度に向けて》

春休み中にチェックしておこう

- ★ エプロン・ぼうし・マスクはきれいに洗濯できていますか？
- ★ マスクやぼうしのゴムはのびていませんか？
- ★ つめは切っていますか？



上で○がつかない項目や、もっと取り組みたいことを目標にしてみよう。

4月からの目標

