



3月の予定献立表



令和7年度

志木市立宗岡第二小学校

日	曜	こんだてめい		I栄養 Kcal	たんぱく質 g	おもにからだをつくる しょくひん(あか)	おもにからだのちょうしを ととのえるしょくひん(みどり)	おもにねつやちからの もとになるしょくひん(きいろ)
		しゅしょく	のみもの					
2	月	ごはん 	ぎゅうにゅう 	542	30.0	さわら しろみそ のり ぶたにく ぎゅうにゅう	こまつな キャベツ もやし にんじん だいこん たけのこ しいたけ ばんのうねぎ	こめ さんおんとう でんぷん
3	火	ひなまつり献立 なのはなすし 		550	23.0	たまご とりにく とうふ ゆば とうにゅう ぎゅうにゅう	なのはな こまつな えのき ねぎ にんじん	こめ さとう あぶら さんおんとう はくりきこ はちみつ
		ぎゅうにゅう 	おひさまケーキ 					
4	水	キムチチャーハン 	ぎゅうにゅう 	584	23.9	ぶたにく とりにく たまご かんでん ぎゅうにゅう	キムチ には はくさい なめこ ねぎ りんごジュース	こめ おおむぎ ごまあぶら あぶら でんぷん さとう
5	木	むぎごはん 	ぎゅうにゅう 	605	27.8	とりにく ハム あかみそ しろみそ ぎゅうにゅう	しょうが にんにく ねぎ りんご しめじ えのき エリンギ レモン にんじん こまつな キャベツ たまねぎ	こめ おおむぎ あぶら さんおんとう
6	金	ちゅうかめん 	ぎゅうにゅう 	721	32.4	ぶたにく さけ チーズ ぎゅうにゅう	にんじん キャベツ きくらげ ばんのうねぎ とうもろこし にんにく しょうが たまねぎ	ちゅうかめん ごまあぶら あぶら はるまきのかわ はくりきこ
9	月	わかめごはん 	ぎゅうにゅう 	561	29.2	とりにく とうふ わかめ しろみそ ぎゅうにゅう	にんにく しょうが もやし にんじん こまつな しめじ だいこん はくさい	こめ おおむぎ あぶら ごまあぶら でんぷん さんおんとう
10	火	ちやめし 	ぎゅうにゅう 	664	21.7	とりにく ぎゅうにゅう	とうもろこし クリームコーンかん たまねぎ にんじん キャベツ トマトピューレ ホールトマト いちご	こめ はくりきこ あぶら パンこ
11	水	スパゲティ 	ぎゅうにゅう 	696	25.4	ぶたにく だいず ぎゅうにゅう	しょうが にんにく たまねぎ にんじん セロリー トマトピューレ キャベツ きゅうり りんご しょうが レモン	オリーブオイル あぶら パイシート グラニューとう バター こなざとう
12	木	むぎごはん 	ぎゅうにゅう 	658	27.9	ぶたにく あぶらあげ あかみそ しろみそ ぎゅうにゅう	にんにく たまねぎ りんご だいこん キャベツ とうもろこし にんじん はくさい こまつな ねぎ	こめ おおむぎ あぶら ごまあぶら さとう
13	金	うどん 	ぎゅうにゅう 	626	26.6	とりにく しろみそ ぎゅうにゅう	しょうが ねぎ しめじ こまつな にんじん	うどん じゃがいも あぶら はくりきこ さんおんとう
16	月	むぎごはん 	ぎゅうにゅう 	631	28.1	ぎゅうにく あぶらあげ あかみそ しろみそ わかめ ぎゅうにゅう	たまねぎ もやし にんじん こまつな なのはな ねぎ	こめ おおむぎ さんおんとう しろごま ごまあぶら
17	火	むぎごはん 	ぎゅうにゅう 	529	27.9	あかうお かつおぶし とりにく ぎゅうにゅう	しょうが キャベツ にんじん こまつな だいこん ねぎ	こめ おおむぎ でんぷん さんおんとう さとも しらたき きりたんぼ
18	水	むぎごはん 	ジョア 	716	29.1	ぶたにく とりにく まぐろみず ジョア	にんにく しょうが たまねぎ にんじん ホールトマト だいこん こまつな みかんかん パインかん りんごかん	こめ おおむぎ はくりきこ パンこ あぶら オリーブゆ さんおんとう さとう ナタデココ
19	木	きなこあげパン 	ぎゅうにゅう 	584	24.2	きなこ とりにく ぎゅうにゅう	キャベツ こまつな にんじん とうもろこし たまねぎ はくさい ねぎ には	パン あぶら ごまあぶら さんおんとう ワンタンのかわ

☆材料などの都合で、その日の献立が変更になる場合があります。

★今月の給食費の引き落としはありません。

☆志木市減塩プロジェクト・・・毎月1番塩分の少ない日をお知らせしています。



志木市減塩プロジェクトのロゴマークです



ご卒業・進級おめでとうございます！

今年度の給食も残すところ12回となりました。
 6年生にとっては宗岡二小で食べる給食もあと少しですね。
 思い出にのこっている給食はありますか？
 給食も思い出の1ページに加えてもらえるとうれしいです。



令和8年度 給食開始日(予定)

2年生～6年生は4月13日(月)から
給食が始まる予定です。
来年度もどうぞよろしくお願い致します。

