

3月

学校給食予定献立表



桃の節句
です!

献立名	使用材料	グラム 小4~6 年分量	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム 小4~6 年分量	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)
1日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	3日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80				570	ぎゅうにゅう	こめ	65	○			569
ビビンバ	ぎゅうミンチ	40					ちらしずし	だしこんぶ	0.2		○		
	ほししいたけ	1			○	小(高)	す	さとう	8				小(高)
	ぜんまいみずに	10			○	670	さとう	4	○			655	
かきたま	たけのこ	15			○	中・高	しお	しょうゆ	15				中・高
わかめスープ	しょうが	1			○	891	あなご	たまご	15			○	796
	あぶら	0.5	○				あぶら	にんじん	3	○			
	さとう	3	○				ふき	ふき	5			○	
	しょうゆ	5					たけのこ	こうやどうふ	5			○	
	さけ	2					さとう	さとう	5	○			
	ほうれんそう	10			○		みりん	みりん	3				
	だいずもやし	20			○		しょうゆ	しょうゆ	3				
	にんじん	10			○		だしじる	きざみのり	1			○	
	ごま	1.5	○				うすあげ	うすあげ	5			○	
	さとう	2	○				とりにく	とりにく	20			○	
	ごまあぶら	1	○				だいこん	だいこん	30			○	
	しょうゆ	3					しめじ	しめじ	5			○	
	す	1					にんじん	にんじん	5			○	
	わかめ	0.5		○			なののはな	なののはな	10			○	
	たまご	30		○			ねぎ	ねぎ	5			○	
	はくさい	20		○			さといも	さといも	20	○			
	にんじん	10		○			しょうゆ	しょうゆ	4				
	にら	5		○			さけ	さけ	2				
	さけ	2					みりん	みりん	2				
	とりがらスープ						だしじる	だしじる	2				
	しお						かたくりこ	かたくりこ	2	○			
	かたくりこ	3	○				ひなまつりゼリー	ひなまつりゼリー	50	○			
2日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	4日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	ごはん	80	○			661	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			596
	ぶり	60		○			とりにく	とりにく	60			○	
ごはん	しお	0.2				小(高)	ごはん	しお	3				小(高)
	さけ	2				723	さけ	さけ	2				670
ぶりの	ゆずしぼりじる	1.5				中・高	とりにくの	かぼちゃ	60			○	
ゆうあんやき	うすくちしょうゆ	2				897	しお	たまねぎ	30			○	
	さけ	3					やき	にんじん	15			○	
ぎゅうにくと	みりん	3					あぶら	あぶら	0.5			○	
れんこんの	さとう	2					さとう	さとう	2	○			中・高
きんぴら	みず						しょうゆ	しょうゆ	3				832
	かたくりこ	1	○				みりん	みりん	2				
じゃがいもと	ぎゅうにく	10		○			だしじる	だしじる	2	○			
こまつなの	れんこん	25			○		かたくりこ	かたくりこ	2			○	
みそしる	にんじん	10			○		ぶたにく	ぶたにく	10			○	
	きぬさや	5			○		うすあげ	うすあげ	5			○	
	こんにやく	15			○		キャベツ	キャベツ	20			○	
	あぶら	1	○				たけのこ	たけのこ	10			○	
	さとう	3	○				ごぼう	ごぼう	10			○	
	しょうゆ	3					にんじん	にんじん	10			○	
	さけ	1					ほししいたけ	ほししいたけ	1			○	
	みりん	1					ねぎ	ねぎ	10			○	
	じゃがいも	30	○				さけ・みりん	さけ・みりん	2				
	こまつな	15			○		だしじる	だしじる					
	たまねぎ	20			○								
	ねぎ	5			○								
	みそ	8	○										
	だしじる												



ひな祭り 行事食



ちらしずし



はまぐりの
おすいもの



ひなあられ



ひしもち

(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)

3月

学校給食予定献立表



献立名	使用材料	グラム 小4~6 年分量	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム 小4~6 年分量	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)
5日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	9日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	75				569	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			702
ハムピラフ	たまねぎ	40		○			カツカレー	ヒレカツ	60		○		小(高)
	ホールコーン	30			○	655		あぶら	3	○		778	
カリフラワーと ほうれんそうの クリームスープ	マッシュルーム	10	○			中・高	コールスロー	ぶたにく	15		○		970
	オリーブオイル	5				803	サラダ	じゃがいも	40		○		
	しるワイン	2					おいおい	たまねぎ	40			○	
あまなつ かんづめ	しお こしょう	2					こうはくゼリー	にんじん	15			○	
	とりにく	10		○				ソテードオニオン	3			○	
	カリフラワー	20			○			にんにく・しょうが	0.3			○	
	ほうれんそう	10			○			あぶら	0.3	○			
	たまねぎ	30			○			カレールウ	12		○		
	にんじん	5			○			カレーこ	0.2				
	あぶら	1	○					ケチャップ	10				
	ホワイトルウ	10	○					ウスターソース	1				
	とうにゅう	20		○				とりがらスープ	1				
	しるワイン	2						キャベツ	40			○	
	とりがらスープ							きゅうり	10			○	
	しお こしょう							にんじん	5			○	
	あまなつかんづめ	40			○			ホールコーン	5			○	
								あぶら	2	○			
8日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)		リンゴす	3				
ぎゅうにゅう	チーズパン	80	○			692		さとう	0.7	○			
チーズパン	さけきりみ	60		○		小(高)		しお こしょう					
	しお こしょう					757		おいおい					
さけのムニエル	しるワイン	2				中・高	11日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
オーロラソース	こむぎこ	5	○			931	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			628
リヨネーズ	オリーブオイル	3	○				ごはん	とりにく	60		○		小(高)
ポテト	エッグケアマヨネーズ	10	○					しょうが・にんにく	0.3		○		702
やさいスープ	ケチャップ	5					とりの	しょうゆ	2				中・高
	じゃがいも	60	○				からあげ	さけ	1				898
	たまねぎ	30			○			かたくりこ	15	○			
	パセリ	0.5			○		はるさめサラダ	あぶら	3	○			
	オリーブオイル	2	○					ハム	10		○		
	しお こしょう							はるさめ	8	○			
	ベーコン	10		○				きゅうり	10			○	
	キャベツ	30			○			にんじん	10			○	
	たまねぎ	30			○			さとう	2	○			
	にんじん	10			○			す	3				
	きぬさや	10			○			しょうゆ	1				
	しるワイン	2						あぶら	1	○			
	とりがらスープ							しお こしょう					
	しお こしょう							はるキャベツ	20			○	
								しんたまねぎ	20			○	
								なのはな	5			○	
								たけのこ	10			○	
								うすあげ	10			○	
								みそ	8			○	
								だしじる				○	
								ももヨーグルト	80			○	

3月5日(金) ハムピラフ

3月5日の「ハムピラフ」は、2月8日(月)に高等部3年生の選挙学習で行われた給食メニュー総選挙により選ばれものです。

給食室では、おいしく食べてもらえるよう頑張って作ります。高等部3年生のみなさんも残さないうでいっぱい食べてくださいね!



3月10日(水)高等部 3月12日(金)中学部



(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)