

学校給食予定献立表



3月の給食目標



1年間をふいかえろう!

献立名	使用材料 グラム	き	あ	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料 グラム	き	あ	みどり	エネルギー (カロリー)
2日(月)	ぎゅうにゅう 206		○		小(低)	4日(水)	ぎゅうにゅう 206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ 80	○			521	ぎゅうにゅう	バターロール 40	○			525
	きのたまあじつけのり 1袋		○				スパゲティ 40	○			
ごはん	ぶたミンチ 30		○		小(高)	バターロール	ウインナー 15		○		小(高)
	とうふ 60		○		619		はるキャベツ 40			○	624
きのたま	たまねぎ 40			○		はるキャベツの	にんじん 10			○	
あじつけのり	こまつな 15			○	中・高	スパゲティ	たまねぎ 30			○	中・高
	しろねぎ 10			○	765		マッシュルーム 5			○	774
マーボー豆腐 (麻婆豆腐)	たけのこ 15			○		たまごとトマト のスープ	ソテードオニオン 5			○	
	ほししいたけ 0.5			○			あぶら 3	○			
はるさめスープ	にんにく 0.5			○			にんにく 0.5			○	
	しょうが 0.5			○			しょうゆ・みりん・さけ				
	あぶら 0.5	○					だしじる 2				
	トウバンジャン 0.23						しお・こしょう 0.35				
	あかみそ 5			○			ベーコン 10			○	
	しょうゆ 1						たまご 15			○	
	さけ 2						トマト・ほうれんそう 10				○
	さとう 1	○					たまねぎ 15			○	
	ごまあぶら 0.5			○			ソテードオニオン 3.5			○	
	とりがらスープ 3.5						オリーブオイル 1	○			
	かたくりこ 1.5						しるワイン・うすくちしょうゆ				
	とりにく 15			○			とりがらスープ 11				
	はるさめ 5	○					しお・こしょう・やさしいブイヨン				
	ちんげんさい 10			○		5日(木)	ぎゅうにゅう 206		○		小(低)
	たまねぎ 10			○		ぎゅうにゅう	こめ 80	○			502
	にんじん 8			○			ぶたにく 30			○	
	しょうが 0.3			○		ぶたにくと	とうふ 25			○	小(高)
	あぶら 0.5	○				とうふの	はくさい 20			○	584
	しょうゆ 3					あんかけどん	たまねぎ・にんじん 10			○	
	さけ 1						しめじ・あおねぎ 8			○	中・高
	みりん 1					キャベツと	しょうが 0.6			○	707
	とりがらスープ 11					ひじきの	あぶら 1	○			
	しお 0.15					ゆかりあえ	うすくちしょうゆ・さけ				
	こしょう 0.02						しょうゆ・みりん				
3日(火)	ぎゅうにゅう 206		○		小(低)	げんきヨーグルト	しお・だしじる				
ぎゅうにゅう	こめ 70	○			529		かたくりこ 2				
	す 11.5						さきみフレーク 10			○	
ちらしずし	さとう 7.7	○			小(高)		キャベツ 25			○	
	しお 0.45				619		きゅうり 10			○	
ぶたにくと	だしこんぶ 0.3						えのきだけ 5			○	
やさいの	たまご 15			○	中・高		ひじき 0.5			○	
あかだし	あぶら 2	○			753		うすくちしょうゆ 0.2				
	にんじん・たけのこ 10			○			ゆかり 0.5				
さんしよく	ほししいたけ 0.5			○			げんきヨーグルト 70			○	
はなゼリー	こうやどうふ 5			○		6日(金)	ぎゅうにゅう 206		○		小(低)
	ふきみずに 10			○		ぎゅうにゅう	バーガーパン 50	○			528
	さとう 2	○					バーガーパティ 60			○	
	うすくちしょうゆ 3					セルフてりやき	にんにく・しょうが 0.1			○	小(高)
	みりん 3					バーガー	しょうゆ・みりん				600
	だしじる 0.3						さとう 1.5	○			
	きぎみのり 0.3			○		ぐだくさん	りんごピューレ 2.5			○	中・高
	ぶたにく 20			○		コンソメスープ	かたくりこ 0.5			○	754
	とうふ 15			○			キャベツ 30			○	
	わかめ 0.3			○			にんじん 5			○	
	たまねぎ・にんじん 10			○			こしょう 0.02				
	ささがきごぼう 10			○			エッグケアマヨネーズ 5	○			
	あかみそ 9			○			ベーコン 15			○	
	だしじる 1.8						じゃがいも 20	○			
	さんしよくはなゼリー 1個	○					たまねぎ・にんじん 10			○	
							ほうれんそう 10			○	
							ホールコーン 5			○	
							ソテードオニオン 4			○	
							オリーブオイル 0.8	○			
							うすくちしょうゆ・しるワイン				
							とりがらスープ 12				
							しお・こしょう・やさしいブイヨン				

3月6日(金) セルフてりやきバーガー

12月15日に高等部2、3年生の選挙学習で行われた「給食メニュー総選挙」より選ばれました。パンに切れ込みが入っているのパンにパティと野菜をはさんで食べてね。

(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。)

学校給食予定献立表



献立名	使用材料	グラム	き	あ	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム	き	あ	みどり	エネルギー (カロリー)
9日(月)	ジョア(プレーン)	125		○		小(低)	12日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ジョア(プレーン)	こめ	80	○			569	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			539
カツカレー	じゃがいも	30	○			小(高)	ごはん	やさいふりかけ	1袋				小(高)
	たまねぎ	35			○	659	ごはん	ぎゅうにく	50		○		642
だいこんのフレンチサラダ	にんじん	15			○		やさいふりかけ	たまねぎ	45			○	642
	むきえだまめ	10			○		ぎゅうにくの	キャベツ	40			○	中・高
	にんにく・しょうが	0.3			○	中・高	やしきふりかけ	にんじん	15			○	796
	ソテードオニオン	5.3			○	794	やしきふりかけ	しろねぎ	10			○	
おいわいいちごゼリー	あぶら	1	○				ほそぎりやさいのすましじる	にんにく	0.5			○	
	ウスターソース	1						しろごま	1	○			
	ケチャップ	1						ごまあぶら	1	○			
	カレーこ	0.2						あかみそ	2		○		
	とりがらスープ	8.8						しょうゆ	3				
	カレールウ	16	○					さけ	2				
	とんかつ	60	○	○				さとう	3	○			
	あげあぶら	2	○					しお	0.2				
	だいこん	30			○			こしょう	0.03				
	きゅうり・にんじん	10			○			だしじる	0.3				
	オリーブオイル	1	○					とりささみ	15		○		
	りんごす・しょうゆ							ささがきごぼう	10			○	
	さとう	0.5	○					えのきだけ	5			○	
	しお・こしょう							たまねぎ	10			○	
	おいわいいちごゼリー	1個	○					にんじん	8			○	
11日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)		あおねぎ	3			○	
ぎゅうにゅう	アップルパン	50	○			520		うすくちしょうゆ	2				
アップルパン	とりにく	50		○		小(高)		みりん	0.5				
とりにくのパーベキューソースやき	しお・こしょう					602		さけ	2				
	しろねぎ	3			○			しお	0.15				
	にんにく・しょうが	0.15			○			だしじる	1.7				
	りんごビューレ	3			○	中・高		だしこんぶ	0.35				
	みりん・さけ・しょうゆ					765							
	さとう	0.8	○										
ごぼうマヨサラダ	あぶら	0.2											
ウインナーとやさいのスープ	ささみフレック	8		○									
	ささがきごぼう	15			○								
	だいずもやし	20			○								
	きゅうり・にんじん	5			○								
	さとう	0.3	○										
	レモンじる	0.5			○								
	エッグケアマヨネーズ	5			○								
	しょうゆ	0.8											
	しろすりごま	0.8	○										
	ウインナー	14		○									
	たまねぎ	15			○								
	にんじん・こまつな	8			○								
	ブロッコリー	20			○								
	ソテードオニオン	3.5			○								
	オリーブオイル	0.5	○										
	うすくちしょうゆ	0.5											
	しろワイン	1											
	とりがらスープ	11.5											
	しお・こしょう												
	やさいパイオン	0.35											



小学部6年生、中学部3年生、高等部3年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。友だちや先生とのわかかれはさみしいけれど、それは夢と希望に満ちた新しい道への第一歩でもあります。

本校の給食ともおわれですね。日々の給食をとおして、みなさんはどのようなことを感じ、学びましたか？

「食べることを大切にすること」ことは、「自分自身を大切にすること」につながります。

給食から学んだことをこれからの生活に活かし、健康で充実した毎日を送ってください。

そして夢にむかって、輝く未来を切り開いてください。



給食室よりおしらせ

これまで給食時の飲み物は「牛乳」を提供してきましたが、子どもたちにさまざまな味に親しんでもらえるように、3月より一部の日に牛乳の代わりとして乳製品飲料である「ジョアやアシドミルク」を提供いたします。栄養面や健康面等でご心配な点がございましたら、学校までおしらせください。

(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。)