

学校給食予定献立表



3月の給食目標

1年間をふりかえろう!



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)
17日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	19日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	75	○			537	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			534
	ひろしまなめしのもと	2		○			おやこどん	とりにく	35		○		
なめし(菜飯)	あじ	60		○		小(高)	たまご	25		○			小(高)
	しお	0.1				605	うすあげ	10	○				623
あじのおろしがけ	さけ	3					じゃがいも	たまねぎ	25		○		
	かたくりこ	8				中・高	にんじん・しろねぎ	10			○		中・高
しおとんじる	あげあぶら	3	○			734	ごまつなの	うすくちしょうゆ	6				757
	だいこんおろし	30		○			ごまあえ	さとう	2.5	○			
	あおねぎ	5			○		うんしゅうみかんゼリー	さけ・みりん	2				
	りんごす	2						かたくりこ	1				
	みりん	2						だしじる	1.1				
	うすくちしょうゆ	2						じゃがいも	25	○			
	だしじる	0.1						ごまつな・キャベツ	10			○	
	ぶたにく	25		○				にんじん	8			○	
	だいこん	15			○			しょうゆ	3.3				
	にんじん	10			○			さとう	1			○	
	しろねぎ	10			○			しろすりごま	0.8				
	ごまつな	10			○			だしじる	0.03				
	いたこんにやく	10	○					うんしゅうみかんゼリー	1個	○			
	あぶら	0.5	○				23日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
	さけ	1					ぎゅうにゅう	こめ	80	○			507
	うすくちしょうゆ	0.5						さのたまあじつけのり	1袋		○		
	しおこうじ	6					ごはん	あいびきミンチ	20		○		小(高)
	みりん	1						ビーフン	15	○			601
	しお	0.2					さのたま	もやし	25		○		
	こしょう	0.03					あじつけのり	たけのこ・しろねぎ	10			○	中・高
	だしじる	1.4						にら	4			○	742
18日(水)	アシドミルク	180		○		小(低)	にくみそビーフン	たまねぎ	15			○	
アシドミルク	コッペパン	50	○			504		にんじん	10			○	
	やきそばめん	50	○				とうふとわかめ	ほししいたけ	0.3			○	
コッペパン	ぶたミンチ	20		○		小(高)	のちゅうかスープ	にんにく・しょうが	0.3			○	
	ごまつな	10			○	602		あぶら	0.5	○			
やさいたっぷり	たまねぎ	10			○			ごまあぶら	0.5	○			
タンタンメン	にんじん	10			○	中・高		しろごま	0.5	○			
(担々麺)	たけのこ	10			○	774		さとう	1.5	○			
	しろねぎ	10			○			あかみそ	2.3		○		
はくさいと	にんにく	0.5			○			しょうゆ	2.3				
だいこんの	しょうが	0.5			○			トウバンジャン	0.05				
とろとろに	あぶら	0.5	○					とりがらスープ	3				
	ごまあぶら	0.8	○					とりにく	15		○		
	あかみそ	10		○				とうふ	15		○		
タンタンメン	さとう	1	○					わかめ	0.3		○		
担々麺	しょうゆ	1						はくさい・たまねぎ	10			○	
中国四川料理がも	さけ	0.5						にんじん	8			○	
とになったピリ辛	トウバンジャン	0.2						しょうが	0.8			○	
の麺料理です。辛	ねりごま	4	○					あぶら	0.8	○			
さは控えめに	とりがらスープ	12						さけ・しょうゆ					
いるので、安心し	しお	0.1						みりん	0.5				
て食べてね。	こしょう	0.02						しお・こしょう					
	ささみフレーク	10		○				とりがらスープ	11				
	はくさい	20			○								
	だいこん	20			○								
	にんじん	10			○								
	あおねぎ	2			○								
	しいたけ	5			○								
	あぶら	0.5	○										
	さけ・みりん	1											
	さとう	0.5											
	うすくちしょうゆ	1.6											
	だしじる	0.3											

1年間、ありがとうございました

今年度の給食は3月23日(月)で終了します。今年度も一年間、本校の学校給食、食育のとりくみに深いご理解とご協力ありがとうございました。

(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。)