

2024年

3月 学校給食 予定献立表

日	曜日	献立名	[1,2群] 体を作る食品	[3,4群] 体の調子を整える食品	[5,6群] エネルギーとなる食品	[その他] 調味料等	エネルギー	蛋白質 (g)	
1	金	★牛乳	★牛乳				821	28.8	
		ほうとう風うどん (★地粉うどん) (汁)	豚肉 油揚げ	かぼちゃ 白菜 大根 人参 長葱 しめじ	★地粉うどん	白みそ 赤みそ だし(昆布)			
		しゅうまい	しゅうまい	きゅうり かぶ にんにく	サラダ油	トウバンジャン			
		きゅうりとかぶのピリ辛和え			ごま油	★ゼリー			
		★三色ゼリー							
4	月	★牛乳	★牛乳				751	28.0	
		ご飯			米				
		肉じゃが	豚肉 さつまいも	玉葱 人参 さやいんげん	じゃが芋 白滝 サラダ油 三温糖	だし(昆布)			
		きびなごのサクサク揚げ	きびなごサクサク揚げ	きゅうり	揚げ油				
		きゅうりとわかめの酢の物	わかめ	いちご	三温糖				
5	火	★牛乳	★牛乳				817	27.6	
		ハヤシライス (麦ご飯) (ルウ)	豚肉	玉葱 ソテーオニオン マッシュルーム グリンピース	米 麦	バター 生クリーム			ハヤシルウ ローリエパウダー
		スペイン風オムレツ	オムレツ						
		こんにやくサラダ		キャベツ 赤ピーマン レモン果汁 コーン きゅうり ソテーオニオン	サラダこんにやく オリーブ油 三温糖				
		★ヨーグルト	★ヨーグルト						
6	水	★牛乳	★牛乳				771	33.0	
		★山形食パン (★メイプル&マーガリン)			★山形食パン	★メイプル&マーガリン			
		手作り照り焼きハンバーグ	豚肉 牛肉	ソテーオニオン	パン粉 三温糖 でん粉	ゼラチン ナツメク オールスパイス			
		ポテトサラダ	チーズ	人参 きゅうり コーン	じゃが芋	マヨネーズ風味調味料			
		青菜ときこのスープ	ベーコン	玉葱 小松菜 人参 えのき茸 しめじ	サラダ油 でん粉	ガラボン(豚骨)			
7	木	★ショア(マスカット)	★ショア				724	22.4	
		キムチチャーハン	豚肉	白菜キムチ 長葱 グリンピース	米 麦 ごま油				
		春巻き			春巻き 揚げ油				
		中華風卵スープ	卵	長葱 コーン 小松菜 えのき茸 きくらげ	ごま油 でん粉	ガラボン(豚骨)			
		デコタン		デコタン					
8	金	★牛乳	★牛乳				749	34.5	
		ご飯 (★ふりかけ)			米	★ふりかけ			
		さばの葱味噌焼き	さば	長葱 生姜	三温糖	赤みそ			
		ゆず香和え		大根 きゅうり 人参 ゆず	三温糖 ごま				
		豚汁	豚肉 豆腐	大根 人参 長葱	こんにやく サラダ油	白みそ 赤みそ だし(昆布)			
11	月	★牛乳	★牛乳				819	31.3	
		ご飯(地場産米)			米				
		油淋鶏(コーリンチー)	鶏肉	長葱 生姜	小麦粉 米粉 揚げ油 ごま油 三温糖				
		旨塩キャベツ	塩昆布	キャベツ きゅうり 人参 にんにく	ごま油				
		わかめスープ	わかめ	もやし 長葱 小松菜 人参 えのき茸 コーン	ごま油 ごま でん粉	ガラボン(豚骨)			
12	火	★牛乳	★牛乳				792	23.9	
		二色揚げパン (プレーン) (ごまきな粉)	きな粉		子供パン 揚げ油 グラニュー糖				
		ポトフ	ウインナー	玉葱 キャベツ 人参 かぶ セロリ	子供パン 揚げ油 三温糖 ごま	ガラボン(豚骨) ローリエパウダー			
		海藻サラダ	海藻ミックス	もやし 大根 きゅうり コーン		★ドレッシング			
		(★ドレッシング)				★さくらゼリー			
回数	※「その他」に含まれる次の食品は、記載を省略しています。						平均		
	8	食塩 こしょう しょうゆ 穀物酢 本みりん 料理酒(清酒・赤ワイン・白ワイン) 強化米 ※ ★のマークがついているものは、個包装されています。						781	28.7