

様

(4)

2024、3月分予定献立

保護者確認欄

エビ、イカ、カニ、タコ

| (月) | (火) | (水) | (木) | (金) |
|------------------------|---|---------------------------|---|--|
| | | | | 1 ちらしずし |
| | | | | 牛ちらし(牛肉、錦糸卵) 花麩のすまし汁 ひなあられ |
| 4 揚げパン | 5 米飯 | 6 減量パン | 7 赤飯 ごま塩 | 8 麦ご飯 |
| ポトフ ビーフンサラダ | たちうおの天ぷら チンゲンサイの和え物 だんごのみそ汁 | クリーム煮 春キャベツとわかめのサラダ | 鯛そうめん (焼き鯛、そうめん汁) 菜の花のおひたし お祝いゼリー(中学校のみ) | カレーライス ほうれんそうサラダ (小袋マヨネーズ) |
| 11 減量パン | 12 米飯 | 13 米飯 | 14 米飯 | 15 米飯 |
| 皿うどん 海と畑のサラダ | 菜の花とちりめんのかき揚げ 茎わかめのきんぴら 豆腐のすまし汁 | 煮込みおでん もちいなり もずくサラダ | 淡路ビーフの焼肉 ほうれんそうのおかか和え レタスのスープ | 鮭のタルタルソース焼き ブロッコリーのぽん酢和え じゃがいものみそ汁 |
| 18 減量パン | 19 米飯 | 20 | 21 米飯 | 22 |
| ミートソーススパゲティ さっぱりサラダ | 鶏肉のすだちソースかけ 白菜と春菊のごま和え わかめのみそ汁 お祝いゼリー(小学校のみ) | | 鮭のタルタルソース焼き ブロッコリー たまねぎのスープ | |

※わかめ、ちりめん等海産物には、エビ・カニ等が含まれることがあります。

| | | | | | | | | | | | | 1(金) | | |
|----|---|---|----|---|---|----|---|---|----|---|---|---|-------|------|
| | | | | | | | | | | | | ちらしずし 牛ちらし(牛肉、錦糸卵) 花麩のすまし汁 ひなあられ | | |
| 材料 | 小 | 中 | 材料 | 小 | 中 | 材料 | 小 | 中 | 材料 | 小 | 中 | 材料 | 小 | 中 |
| | | | | | | | | | | | | 牛肉ももばらスライス | 40 | 48 |
| | | | | | | | | | | | | ごぼう | 15 | 18 |
| | | | | | | | | | | | | 三温糖 | 0.8 | 0.96 |
| | | | | | | | | | | | | こいくちしょうゆ | 1.8 | 2.16 |
| | | | | | | | | | | | | 清酒 | 0.5 | 0.6 |
| | | | | | | | | | | | | 錦糸卵 | 12 | 14.4 |
| | | | | | | | | | | | | 冷凍さやいんげん | 5 | 6 |
| | | | | | | | | | | | | 木綿豆腐 | 40 | 45 |
| | | | | | | | | | | | | にんじん | 9 | 11 |
| | | | | | | | | | | | | 花麩 | 2.5 | 3 |
| | | | | | | | | | | | | みつば | 3 | 3 |
| | | | | | | | | | | | | 天外天塩 | 0.14 | 0.15 |
| | | | | | | | | | | | | うすくちしょうゆ | 3.7 | 3.8 |
| | | | | | | | | | | | | 出し昆布 | 0.6 | 0.6 |
| | | | | | | | | | | | | 削り節 3号だし | 4 | 4 |
| | | | | | | | | | | | | ひなあられ 5g | 1個 | 1個 |
| | | | | | | | | | | | | ちらしずしの素 | 26.58 | 34.3 |

ひなあられは「行事食」扱いとさせていただきます。副食を食べられない方にもつけていきます。(明細を確認の上、喫食の判断をお願いします。)

| 4(月) | | | 5(火) | | | 6(水) | | | 7(木) | | | 8(金) | | | |
|------------------------|------|------|---|------|------|--------------------------------|------|------|---|------|------|---|------|------|------|
| 揚げパン ポトフ ビーフンサラダ | | | 米飯 たちうおの天ぷら チンゲンサイの和え物 だんごのみそ汁 | | | 減量パン クリーム煮 春キャベツとわかめのサラダ | | | 赤飯 ごま塩 鯛そうめん(焼き鯛、そうめん汁) 菜の花のおひたし お祝いゼリー(中学校のみ) | | | 麦ご飯 カレーライス ほうれんそうサラダ (小袋マヨネーズ) | | | |
| 材料 | 小 | 中 | 材料 | 小 | 中 | 材料 | 小 | 中 | 材料 | 小 | 中 | 材料 | 小 | 中 | |
| 荒挽ミニカクテルウインナー | 20 | 24 | たちうお切身 20g | 1切 | 1切 | 鶏もも皮つき | 20 | 24 | たい切身 40g | 1切 | 1切 | 豚肩ロース1.5cm角切り | 30 | 35 | |
| キャベツ | 30 | 35 | 天外天塩 | 0.08 | 0.08 | たまねぎ | 38 | 45.6 | 天外天塩 | 0.16 | 0.16 | 米ぬか油 | 0.3 | 0.3 | |
| じゃがいも | 45 | 50 | 天ぷら粉 | 8 | 8 | にんじん | 9 | 10.8 | | | | にんじん | 20 | 22 | |
| たまねぎ | 35 | 40 | 米ぬか油 | 4 | 4 | じゃがいも | 45 | 54 | 乾しいたけ | 1.6 | 1.92 | たまねぎ | 60 | 65 | |
| にんじん | 18 | 22 | | | | マッシュルーム | 5 | 6 | 三温糖 | 2.4 | 2.7 | じゃがいも | 54 | 63 | |
| セロリー | 3 | 4 | キャベツ | 25 | 30 | マカロニ | 5 | 6 | こいくちしょうゆ | 2.4 | 2.7 | マッシュルーム | 4 | 5 | |
| スープベースチキン | 15 | 15 | チンゲンサイ | 35 | 42 | 有塩バター | 3 | 3.6 | 手延べそうめん | 10 | 11 | 給食用カレーフレーク | 16 | 18 | |
| 天外天塩 | 0.5 | 0.55 | にんじん | 5 | 6 | 小麦粉 | 3 | 3.6 | 祝いなると | 6 | 7 | ウスターソース | 2 | 2.2 | |
| こしょう | 0.02 | 0.03 | うすくちしょうゆ | 2.5 | 3 | 天外天塩 | 0.64 | 0.7 | にんじん | 5 | 6 | ケチャップ | 2 | 2 | |
| | | | 上白糖 | 0.4 | 0.48 | こしょう | 0.03 | 0.04 | 乾燥湯葉 | 1 | 1.2 | りんご | 3 | 3 | |
| ビーフン | 6 | 7.2 | | | | 調理用牛乳 | 40 | 48 | 塩蔵わかめ | 1.2 | 1.3 | 赤ワイン | 0.5 | 0.6 | |
| にんじん | 5 | 6 | おじゃがもちボール | 25 | 30 | 白ワイン | 0.6 | 0.72 | 葉ねぎ | 3.5 | 3.5 | 天外天塩 | 0.2 | 0.25 | |
| きゅうり | 20 | 24 | たまねぎ | 15 | 18 | 丸鶏スープベースHD | 12 | 13 | うすくちしょうゆ | 3.3 | 3.4 | ガラムマサラ | 0.01 | 0.04 | |
| チキンハム | 10 | 12 | にんじん | 12 | 14.4 | | | | 本みりん | 0.5 | 0.6 | ココナッツミルク | 2.5 | 3 | |
| うすくちしょうゆ | 3.4 | 4.08 | 油揚げ | 3 | 3.6 | 春キャベツ | 34 | 40.8 | 出し昆布 | 0.6 | 0.6 | | | | |
| 米酢 | 3.3 | 3.96 | 葉ねぎ | 3.5 | 3.5 | にんじん | 5 | 6 | 削り節 3号だし | 4 | 4 | ほうれんそう | 30 | 36 | |
| 上白糖 | 1.3 | 1.56 | 煮干し | 4 | 4 | きゅうり | 10 | 12 | | | | スクール糸かまぼこ | 8 | 9.6 | |
| ごま油 | 0.45 | 0.54 | みそ | 7.25 | 7.4 | 蒸しささみ | 15 | 18 | 菜の花 | 10 | 12 | ぶなしめじ | 5 | 6 | |
| | | | | | | 冷凍ホールコーン | 5 | 6 | 冷凍ほうれんそう | 30 | 36 | キャベツ | 17 | 20.4 | |
| すこやかロール 43g | 1個 | 1個 | | | | カットわかめ | 0.5 | 0.6 | 上白糖 | 0.3 | 0.36 | うすくちしょうゆ | 0.3 | 0.36 | |
| 米ぬか油 | 4.3 | 4.3 | | | | 上白糖 | 2.2 | 2.64 | うすくちしょうゆ | 2 | 2.4 | | | | |
| グラニュー糖 | 3 | 3 | | | | 米酢 | 2.2 | 2.64 | 花かつお | 0.4 | 0.48 | 小袋マヨネーズ 8g | 1袋 | 1袋 | |
| | | | | | | うすくちしょうゆ | 3.19 | 3.83 | | | | | | | |
| | | | | | | レモン果汁 | 0.6 | 0.72 | (中学校のみ) | | | | | | |
| | | | | | | | | | お祝いデザート(さくらのジュレ)50g | | | 1個 | 米粒麦 | 9.7 | 12.5 |
| | | | | | | | | | 赤飯 | | | 1袋 | 1袋 | | |
| | | | | | | | | | 小袋ごま塩 | | | 1袋 | 1袋 | | |

揚げパン用のパンは給食用のパンとは違うものを使用します。給食のパンを中止している方の分も入れていきますので、成分をご確認の上、喫食の有無を判断してください。

ゼリーは「行事食」扱いとさせていただきます。副食を食べられない方にもつけていきます。(明細を確認の上、喫食の判断をお願いします。)

| 18(月) | | | 19(火) | | | 20(水) | | | 21(木) | | | 22(金) | | |
|--------------------------------|------|------|---|------|------|-------|---|---|---|------|------|-------|---|---|
| 減量パン ミートソーススパゲティ さっぱりサラダ | | | 米飯 鶏肉のすだちソースかけ 白菜と春菊のごま和え <small>わかめのみそ汁 お祝いゼリー(小学校のみ)</small> | | | / | | | 米飯 鮭のタルタルソース焼き ブロッコリー たまねぎのスープ | | | / | | |
| 材料 | 小 | 中 | 材料 | 小 | 中 | 材料 | 小 | 中 | 材料 | 小 | 中 | 材料 | 小 | 中 |
| スパゲティ | 45 | 50 | 鶏もも皮つき | 50 | 60 | | | | さけ角切り | 50 | 50 | | | |
| オリーブ油 | 3 | 3.3 | でんぷん | 5 | 6 | | | | 天外天塩 | 0.15 | 0.15 | | | |
| | | | 米ぬか油 | 5 | 6 | | | | こしょう | 0.02 | 0.02 | | | |
| 豚ひき肉 | 30 | 36 | こいくちしょうゆ | 4 | 4.8 | | | | 白ワイン | 2 | 2 | | | |
| 牛ひき肉 | 10 | 12 | 本みりん | 1 | 1.2 | | | | マヨネーズ | 8 | 8 | | | |
| 米ぬか油 | 0.3 | 0.36 | 上白糖 | 2.5 | 3 | | | | たまねぎ | 4.7 | 4.7 | | | |
| たまねぎ | 66 | 79.2 | 水 | 2 | 2.4 | | | | 鶏卵 | 4.25 | 4.25 | | | |
| にんじん | 14 | 16.8 | すだち果汁 | 1 | 1.2 | | | | パセリ | 1.08 | 1.08 | | | |
| マッシュルーム | 6 | 7.2 | | | | | | | 粉チーズ | 7 | 7 | | | |
| にんにく | 0.3 | 0.36 | しゅんぎく | 20 | 24 | | | | 調理用牛乳 | 5.5 | 5.5 | | | |
| パセリ | 0.6 | 0.72 | はくさい | 45 | 54 | | | | オリーブ油 | 0.01 | 0.01 | | | |
| ケチャップ | 31 | 37.2 | いりごま | 0.6 | 0.72 | | | | | | | | | |
| デミグラスソース | 11 | 13.2 | 上白糖 | 0.5 | 0.6 | | | | ブロッコリー | 20 | 24 | | | |
| 天外天塩 | 0.02 | 0.02 | うすくちしょうゆ | 2.5 | 3 | | | | 天外天塩 | 0.15 | 0.18 | | | |
| こしょう | 0.02 | 0.02 | | | | | | | | | | | | |
| ウスターソース | 1.2 | 1.44 | たまねぎ | 30 | 36 | | | | たまねぎ | 30 | 36 | | | |
| 赤ワイン | 0.54 | 0.65 | 油揚げ | 3 | 3.3 | | | | にんじん | 9 | 10.8 | | | |
| 上白糖 | 0.09 | 0.11 | 塩蔵わかめ | 1.5 | 1.8 | | | | レタス | 20 | 24 | | | |
| | | | にんじん | 9 | 11 | | | | ベーコン | 10 | 12 | | | |
| だいこん | 20 | 24 | 葉ねぎ | 3.5 | 3.5 | | | | パセリ | 0.5 | 0.6 | | | |
| キャベツ | 35 | 42 | みそ | 7.25 | 7.4 | | | | 丸鶏スープベースHD | 12 | 12 | | | |
| きゅうり | 10 | 12 | 煮干し | 3 | 4 | | | | 天外天塩 | 0.38 | 0.44 | | | |
| 親鶏素焼きスライス | 10 | 12 | | | | | | | こしょう | 0.01 | 0.02 | | | |
| 上白糖 | 1.87 | 2.24 | (小学校のみ) | | | | | | コンソメ | 1.04 | 1.36 | | | |
| 米酢 | 3.64 | 4.37 | お祝いデザート(さくらのジュレ)50g | 1個 | | | | | | | | | | |
| うすくちしょうゆ | 3.82 | 4.58 | | | | | | | | | | | | |

ゼリーは「行事食」扱いとさせていただきます。副食を食べられない方にもつけていきます。(明細を確認の上、喫食の判断をお願いします。)