

様

(5)

## 2024、3月分予定献立

保護者確認欄

乳製品

(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	

※牛乳(パック)は毎日つきます。

									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						
									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。)