

様

(7)

# 2024、3月分予定献立

保護者確認欄

除去不可能  
除去可能  
エビ、イカ、カニ、タコ  
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。  
※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
									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

除去食の容器にはさやいんげんのみ入れていきます。肉はフライケースから配食してください。

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 <b>(小袋マヨネーズ)</b>			
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	<b>有塩バター</b>	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				<b>調理用牛乳</b>	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	菜の花	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	冷凍ほうれんそう	30	36	ぶなしめじ	5	6	
						冷凍ホールコーン	5	6	上白糖	0.3	0.36	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	うすくちしょうゆ	2	2.4	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	花かつお	0.4	0.48	<b>小袋マヨネーズ 8g</b>	1袋	1袋	
グラニュー糖	3	3				米酢	2.2	2.64							
						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。)

11(月)			12(火)			13(水)			14(木)			15(金)		
減量パン 皿うどん 海と畑のサラダ			米飯 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			米飯 煮込みおでん もちいなり もずくサラダ			米飯 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			米飯 鮭のタルタルソース焼き ブロッコリーのぼん酢和え じゃがいものみそ汁		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
皿うどん	20	30	給食用きざみするめ	3.5	4.2	じゃがいも	30	36	淡路ビーフももばらスライス	60	72	さけ角切り	50	50
豚肉ももスライス	25	30	菜の花	10	12	にんじん	18	21.6	米ぬか油	0.5	0.6	天外天塩	0.15	0.15
米ぬか油	0.3	0.36	さつまいも拍子木切り	10	12	だいこん	40	48	にんにく	1.2	1.44	こしょう	0.02	0.02
キャベツ	42	50.4	たまねぎ	10	12	板こんにやく	20	24	こいくちしょうゆ	4.1	4.92	白ワイン	2	2
チンゲンサイ	15	18	にんじん	6	7.2	三温糖	0.13	0.16	清酒	2	2.4	マヨネーズ	8	8
たまねぎ	28	33.6	ちりめんじゃこ	3	3.6	こいくちしょうゆ	0.18	0.22	三温糖	1.8	2.16	たまねぎ	4.7	4.7
にんじん	16	19.2	天ぷら粉	17	20.4	ごぼう団子	15	18	オイスターソース	1.32	1.58	鶏卵	4.25	4.25
葉ねぎ	5	6	米ぬか油	7	8.4	三温糖	1	1.2	テンメンジャン	1.2	1.44	パセリ	1.08	1.08
しょうが	0.8	0.96	くきわかめ	10	12	こいくちしょうゆ	1.3	1.56	いりごま	0.4	0.48	粉チーズ	7	7
スープベースチキン	10	12	牛肉ももスライス	12	14.4	うすくちしょうゆ	2.3	2.76	ほうれんそう	40	48	調理用牛乳	5.5	5.5
うすくちしょうゆ	5.4	6.48	ごぼう	9	10.8	清酒	0.4	0.48	上白糖	0.3	0.36	オリーブ油	0.01	0.01
天外天塩	0.25	0.3	さつま揚げ	3	3.6	本みりん	0.4	0.48	うすくちしょうゆ	2	2.4			
こしょう	0.02	0.02	にんじん	4.5	5.4	削り節 3号だし	2	2.4	花かつお	0.4	0.48			
清酒	0.3	0.36	米ぬか油	0.2	0.24	水	50	60						
でんぷん	2.5	3	三温糖	0.6	0.72	もちいなり	30	36	たまねぎ	20	25			
キャベツ	17	20.4	こいくちしょうゆ	0.8	0.96	三温糖	2.7	3.24	にんじん	9	11			
きゅうり	10	12	うすくちしょうゆ	0.5	0.6	こいくちしょうゆ	2.7	3.24	レタス	25	30	ブロッコリー	10	12
まぐろ油漬け	15	18	清酒	0.3	0.36	水	20	24	セロリー	3	4	冷凍ブロッコリー	20	24
にんじん	5	6	本みりん	0.3	0.36	もずく	6	7.2	丸鶏スープベースHD	12	12	味ぽん	3.8	4.56
冷凍ホールコーン	5	6	木綿豆腐	40	45	きゅうり	24	28.8	天外天塩	0.38	0.44	じゃがいも	35	40
乾しひじき	1.5	1.8	にんじん	9	11	キャベツ	24	28.8	こしょう	0.01	0.02	たまねぎ	30	35
うすくちしょうゆ	2.2	2.64	乾燥湯葉	1	1.2	チキンハム	12	14.4	コンソメ	1.04	1.36	にんじん	10	12
米酢	2.8	3.36	みつば	3	3	にんじん	3.6	4.32				油揚げ	2	2.2
上白糖	1.2	1.44	天外天塩	0.14	0.15	米酢	4.8	5.76				葉ねぎ	3.5	3.5
			うすくちしょうゆ	3.7	3.8	上白糖	3	3.6				みそ	7.25	7.4
			出し昆布	0.6	0.6	うすくちしょうゆ	3	3.6				煮干し	4	4
			削り節 3号だし	4	4									

鮭のタルタルソース焼きは、除去食用には、鮭の上にたまねぎ、パセリをのせ、オリーブ油を振りかけて焼き上げます。

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				<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content;">                     鮭のタルタルソース焼きは、除去食用には、鮭の上なたまねぎ、パセリをのせ、オリーブ油を振りかけて焼き上げます。                 </div>								
デミグラスソース	11	13.2	上白糖	0.5	0.6												
天外天塩	0.02	0.02	うすくちしょうゆ	2.5	3												
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												
赤ワイン	0.54	0.65	油揚げ	3	3.3												
上白糖	0.09	0.11	塩蔵わかめ	1.5	1.8							ブロッコリー	20	24			
			にんじん	9	11							天外天塩	0.15	0.18			
だいこん	20	24	葉ねぎ	3.5	3.5							たまねぎ	30	36			
キャベツ	35	42	みそ	7.25	7.4							にんじん	9	10.8			
きゅうり	10	12	煮干し	3	4				レタス	20	24						
親鶏素焼きスライス	10	12							ベーコン	10	12						
上白糖	1.87	2.24	(小学校のみ)						パセリ	0.5	0.6						
米酢	3.64	4.37	お祝いデザート(さくらのジュレ)50g	1個					丸鶏スープベースHD	12	12						
うすくちしょうゆ	3.82	4.58							天外天塩	0.38	0.44						
									こしょう	0.01	0.02						
									コンソメ	1.04	1.36						

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。)