



平成30年 3月 学校給食予定献立表 (小学校)

※ 物資の都合等により変更する場合があります。

日	曜日	こんだてめい ◆:よくかんでたべよう	エネルギーのもとになる (き)	からだをつくる (あか)	からだのちょうしをととのえる (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱくしつ (g)
1	木	【太田・龍田】 ちらしずし	ごはん	あなご ちくわ	ほししいたけ さやいんげん	636
		【石海・斑鳩】 ごはん たいしめそふりかけ	ごはん	ぎゅうにゅう こもちししゃも ポークハム	たまねぎ にんじん えのきたけ	
		【全校】 ぎゅうにゅう ◆やきししゃも (2こ) なのはなあえ とうふのみそしる ひなあられ	さとう あられ	とうふ あぶらあげ わかめ みそ かつおぶし	ねぎ なのはな もやし こまつな	
2	金	パン ぎゅうにゅう ウインナーのケチャップソース (2ほん) カリフラワーのカレーサラダ コーンスープ	パン じゃがいも マヨネーズ	ぎゅうにゅう とりにく ポークウインナー ツナ	コーン たまねぎ にんじん チンゲンサイ パセリ カリフラワー ブロッコリー キャベツ	627 26.0
		5	月	パン ぎゅうにゅう とりにくのオレンジソースに ゆでやさいサラダ (ドレッシング) ポークビーンズ	パン じゃがいも さとう あぶら マーマレード ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす とりにく わかめ
6	火	【太田・龍田】 ごはん たいしめそふりかけ	ごはん	みそ		618
		【石海・斑鳩】 ちらしずし	ごはん さとう	あなご ちくわ あぶらあげ	ほししいたけ さやいんげん	
		【全校】 ぎゅうにゅう ◆きびなごのからあげ ほうれんそうのおひたし けんちんじる	でんぶん あぶら	ぎゅうにゅう とうふ とりにく きびなご かつおぶし	だいこん にんじん ごぼう こんにゃく しめじ ねぎ ほうれんそう もやし はくさい	
7	水	パン ぎゅうにゅう にこみハンバーグ チンゲンサイのソテー やさいスープ いちごジャム	パン さとう あぶら ジャム でんぶん じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく ベーコン	チンゲンサイ もやし キャベツ にんじん たまねぎ しめじ さやいんげん	627 27.0
		8	木	ごはん ぎゅうにゅう あつあげのそぼろに もやしのごますあえ のっぺいじる	ごはん さといも でんぶん さとう ごま	ぎゅうにゅう とりにく あつあげ ぶたにく
9	金	パン ぎゅうにゅう ハムとポテトのマヨネーズやき キャベツとツナのソテー はくさいとベーコンのスープ	パン じゃがいも あぶら マヨネーズ さとう	ぎゅうにゅう チーズ ポークハム ベーコン ツナ	はくさい たまねぎ にんじん しいたけ チンゲンサイ たまねぎ パセリ キャベツ コーン	621 24.3
		12	月	ごはん ぎゅうにゅう あげぎょうざ (2こ) ビーフのソテー ちゅうかスープ	ごはん ごまあぶら あぶら ビーフン こめこ でんぶん	ぎゅうにゅう ぶたにく やきぶた
13	火	チキンカレー ぎゅうにゅう ◆すめめのかきあげ ほうれんそうのナムル	ごはん じゃがいも あぶら さとう ごまあぶら こむぎこ	ぎゅうにゅう たまご いか とりにく	たまねぎ にんじん にんにく さやいんげん しょうが パセリ ほうれんそう もやし	691 23.2
		14	水	パン ぎゅうにゅう にくだんごのソースに (4こ) キャベツとハムのごまあえ コーンポタージュ	パン じゃがいも あぶら こめこ さとう ごま でんぶん	ぎゅうにゅう とりにく ポークハム ぶたにく
15	木	【1~5年】 ごはん	ごはん			624
		【6年】 せきはん (ちょうみしお)	ごはん もちこめ あずき			
		【全学年】 ぎゅうにゅう とりにくのからあげ (2こ) さんしょくあえ だいこんのみそしる	でんぶん こめこ あぶら	ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ みそ とりにく かつおぶし	だいこん たまねぎ にんじん こまつな えのきたけ ねぎ しょうが にんにく はくさい	
16	金	ミニミニパン ぎゅうにゅう スパゲティイタリアン ウインナーのオイスターソースいため ◆ごぼうのマヨネーズソテー	パン スパゲティ あぶら さとう マヨネーズ ごま	ぎゅうにゅう ぶたにく チキンハム チキンウインナー	たまねぎ にんじん ピーマン マッシュルーム チンゲンサイ もやし ごぼう キャベツ	635 25.5
		19	月	【全学年】 ぎゅうにゅう ワンタンスープ	ワンタンのかわ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく
【1~5年】 こくとうパン ビーフクロック キャベツのツナあえ	パン こくとう じゃがいも こむぎこ あぶら パンこ こめこ さとう			ぎゅうにく ツナ	キャベツ チンゲンサイ	
【6年】 ミニこくとうパン オードブル	パン こくとう あぶら さとう でんぶん じゃがいも マヨネーズ こむぎこ パンこ			ぎゅうにく たまご とりにく ポークハム	ごぼう こんにゃく れんこん あかピーマン きゅうり さやいんげん ブロッコリー キャベツ コーン いちご	
20	火	げんりょうごはん ぎゅうにゅう さけのみそマヨネーズやき はくさいのあますあえ すましじる ケーキ	ごはん さとう マヨネーズ ぶ	ぎゅうにゅう さけ みそ チキンハム とうふ あぶらあげ わかめ	たまねぎ あかピーマン あおピーマン はくさい にんじん ゆず だいこん えのきたけ ねぎ	690 26.8