



令和2年3月 学校給食予定献立表（幼稚園）

※ 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) たんぱく質 (g)
2月	★行事食【桃の節句】★ ちらしずし ぎゅうにゅう ◆いかのからあげ なのはなあえ すましじる ひなあられ	ごはん さとう あられ あぶら でんぷん	ぎゅうにゅう ちくわ あなご いか ポークハム かつおぶし とうふ あぶらあげ かまぼこ	ほししいたけ にんじん なのはな こまつな キャベツ しょうが さやいんげん たまねぎ しめじ ねぎ	455 21.0
3火	パン ぎゅうにゅう チリコンカン はるさめサラダ だいこんとポテトのスープ	パン あぶら はるさめ マヨネーズ じゃがいも	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにく だいず ベーコン	たまねぎ マッシュルーム にんにく キャベツ きゅうり にんじん だいこん えのきたけ チンゲンサイ コーン	459 18.3
4水	ごはん ぎゅうにゅう とりにくのバーベキューソース さんしょくごまあえ じゃがいものみそしる ぶりかけ	ごはん さとう ごま じゃがいも	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ みそ のり	しょうが レモン しろねぎ にんにく りんご キャベツ チンゲンサイ コーン はくさい にんじん えのきたけ ねぎ	446 18.2
5木	パン ぎゅうにゅう にくだんごのあまずいため ビーフンソテー わかめスープ いちごジャム	パン あぶら さとう でんぷん ビーフン ごまあぶら ジャム	ぎゅうにゅう やきぶた ぶたにく とうふ わかめ とりにく	たまねぎ はくさい たけのこ あおピーマン あかピーマン キャベツ こまつな にんじん にら ねぎ	462 19.1
6金	カレーライス ぎゅうにゅう ウインナーとキャベツのソテー うめドレッシングサラダ	ごはん じゃがいも あぶら さとう ごま こむぎこ	ぎゅうにゅう ぶたにく ウインナー かつおぶし	たまねぎ にんじん さやいんげん にんにく しょうが チンゲンサイ キャベツ もやし きゅうり だいこん うめぼし	464 16.5
9月	パン ぎゅうにゅう だいずとごぼうのミンチカツ やさいのにんにくしょうゆ コーンクリームスープ	パン あぶら バター パンこ こむぎこ でんぷん	ぎゅうにゅう だいず チキンハム ベーコン とりにく ぶたにく	もやし ほうれんそう にんにく コーン たまねぎ にんじん パセリ ごぼう	485 19.2
10火	パン ぎゅうにゅう だいこんとささみのサラダ ポークビーンズ ミックスフルーツ	パン マヨネーズ じゃがいも さとう あぶら	ぎゅうにゅう とりにく だいず ぶたにく	だいこん ほうれんそう トマト にんじん たまねぎ パセリ もも パイン みかん ナタデココ	468 16.0
11水	なめし ぎゅうにゅう とりにくのからあげ チンゲンサイのちゅうかあえ ぶたもやしスープ	ごはん でんぷん あぶら ごま ごまあぶら さとう	ぎゅうにゅう やきぶた とりにく ぶたにく	にんにく しょうが チンゲンサイ キャベツ にんじん もやし だいこん みずな えのきたけ ねぎ にんにく あおな	445 18.4
12木	★学校給食で世界旅行【オランダ】★ パン ぎゅうにゅう キベリング（タルタルソース） スタンポット トマトونسープ	パン あぶら じゃがいも タルタルソース こむぎこ でんぷん	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ぶたにく たら	ほうれんそう キャベツ トマト たまねぎ にんじん さやいんげん	496 18.6
13金	ごはん ぎゅうにゅう こうやどうふとがんものぶくめに ◆きりぼしだいこんのツナごまあえ ばちじる	ごはん さとう ごま そうめんのばち	ぎゅうにゅう こうやどうふ がんもどき とりにく ちくわ あぶらあげ ツナ	たまねぎ にんじん ほししいたけ さやいんげん きりぼしだいこん こまつな だいこん しめじ ねぎ	429 17.4
16月	ごはん ぎゅうにゅう おろしハンバーグ ◆こまつなのじゃこごまあえ いもだんごじる	ごはん さとう ごま じゃがいもだんご	ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく しらすほし とうふ	つきこんにゃく だいこん ねぎ こまつな もやし ごぼう にんじん しめじ ねぎ	428 16.8
17火	パン ぎゅうにゅう あつあげのカレーいため キャベツとハムのソテー はくさいのクリームに おいおいケーキ	パン さとう あぶら じゃがいも こめこ バター	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ ポークハム とりにく とうにゅう	こまつな にんにく キャベツ もやし コーン はくさい たまねぎ にんじん ほうれんそう なましいたけ いちご	532 19.6

★学校給食で世界旅行【オランダ】★

オランダの主食はじゃが芋でもに夕食に食べます。年間消費量は一人当たり80kgと日本人が米を食べる量より多く食べています。

○キベリング・・・タラのフライです。ガーリックソースやタルタルソースをつけて食べます。

オランダでは屋台やお祭りなどで一口大のものが売られていて手軽に食べられています。

○スタンポット・・・ポピュラーな家庭料理です。ゆでてつぶしたじゃが芋にザワークラフトや野菜を混ぜた料理です。

マッシュポテトのようですが、他の国のようにバターやミルクは使いません。

○トマトونسープ・・・トマトウンはオランダ語で「トマトの」という意味です。