



令和3年3月分 学校給食献立予定表



いちねんかんのきゅうしょくをふりかえろう

日 曜	こんだてめい	おもにからだをつくるものになる		おもにからだのちょうしをととのえる		おもにエネルギーのもとになる		献立に含まれるアレルギー表示 (特定原材料及びそれに準ずる28品目)	
		1ぐん さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	2ぐん ぎゅうにゅう にゅうせいひん こざかな・かいそう	3ぐん いろいろのいやさい	4ぐん そのたのやさい・くだもの・きのこ	5ぐん こめ・パン・めん いも・さとう	6ぐん ゆし・しゅじつ		
1月	ごはん					【こめ】			
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	オニオンスープ	ベーコン・あいびきにく (ぎゅうにく・ 【ぶたにく】)		にんじん	たまねぎ・エリンギ			あぶら	豚肉 牛肉 大豆 小麦
	ハンバーグのトマトソースがけ	ぶたにく・とりにく		【トマト】	たまねぎ	でんぷん・さとう		あぶら	豚肉 鶏肉 大豆 りんご
2火	ごはん					【こめ】			
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳	
	チキンカレー	とりにく		にんじん	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも	カレールウ あぶら		鶏肉 小麦 大豆 りんご 豚肉 バナナ
	いちごゼリーあえ				パイン	いちごゼリー ホワイトゼリー			乳
3水	こがたロールパン					こがたロールパン			小麦 乳 大豆 豚肉
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】						乳
	☆やきそば	【ぶたにく】・いか		にんじん	キャベツ・もやし	やきそばめん		あぶら	小麦 豚肉 いか 大豆
	ハムチーズピカタ	たまご・ハム	チーズ			さとう・でんぷん		あぶら	卵 豚肉 大豆 乳
	◎ブロッコリーのドレッシングあえ			ブロッコリー				ドレッシング	小麦 大豆 りんご 鶏肉 豚肉
	*おひなさまデザート					おひなさまデザート			もも りんご 大豆
4木	ごはん					【こめ】			
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】						乳
	ちawanむしスープ	とりにく・【たまご】 かまぼこ		にんじん・【みつば】	えのきたけ・ほししいたけ	でんぷん		あぶら	鶏肉 卵 小麦 大豆
	☆かつおフライ (ウスターソース)	かつお				パンこ・こむぎこ でんぷん		あぶら	小麦 大豆
	◎いんげんのごまあえ	ほねにきを つけてね		さやいんげん		さとう		ごま	ごま 小麦 大豆 さば 乳 鶏肉
	ちゅうかめん					【ちゅうかめん】			小麦
5金	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】						乳
	みそラーメン	【ぶたにく】・ミックスみそ		にんじん	はくさい・たまねぎ とうもろこし・ねぎ			あぶら	豚肉 小麦 ごま ゼラチン 大豆 鶏肉 りんご
	☆とりにくのからあげ	とりにく			にんにく・しょうが	でんぷん		あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	◎きりぼしだいこんのナムル				【きりぼしだいこん】 きゅうり			ナムルのもと	ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦
	ごはん					【こめ】			
8月	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】						乳
	ぶたじる	【ぶたにく】・【とうふ】 あぶらあげ・あかみそ		にんじん	ごぼう・だいこん・ねぎ	さといも		あぶら	豚肉 大豆
	ひじきのいために	マグロフレーク	ひじき	にんじん	とうもろこし	さとう		あぶら	大豆 小麦
	ごはん					【こめ】			
9火	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】						乳
	とりだんごのちゅうかスープ	とりだんご		にんじん	はくさい・ねぎ・もやし しょうが・ほししいたけ			ごまあぶら	鶏肉 豚肉 大豆 小麦 ごま
	☆しろみざかなのチリソース	ほき	ほねにきを つけてね		ねぎ・しょうが・にんにく	こむぎこ・さとう でんぷん		あぶら	小麦 大豆
10水	クロワッサン					クロワッサン			小麦 乳 大豆 豚肉
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】						乳
	ゆりねのクリームシチュー	とりにく・とうにゅう		にんじん・パセリ	ゆりね・たまねぎ	じゃがいも	ホワイトルウ あぶら		鶏肉 大豆 豚肉
	ピザオムレツ	たまご・ベーコン	チーズ	ピーマン	たまねぎ	さとう・でんぷん		あぶら	卵 大豆 りんご 乳 豚肉
	◎なのはなあえ			なばな	とうもろこし			ドレッシング	大豆 小麦
11木	ごはん					【こめ】			
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】						乳
	キャベツのみそしる	【とうふ】・あぶらあげ ミックスみそ		にんじん	キャベツ・えのきたけ・ねぎ				大豆
	あじのなんばんだれ	あじ			たまねぎ	さとう		あぶら	大豆 小麦
	*りんごのタルト					りんごのタルト			りんご 大豆

・* _____ しるしのりんごのタルト、おいおいデザートのからぶくろ、おひなさまデザート、138プリンのからようき・スプーンはぎょうしゃががいしゅうします。

・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしようします。

・【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしようしています。(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)

・こんだてめいに () できさいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。

・◎しるしはセンターでドレッシングなどであえてあります。 ・☆しるしはセンターであげてちょうりしてあります。

・1日、8日、11日、16日、22日、23日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがあります、食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。

・きゅうしょくをくばるときの かんせんぼうしのため おかずのかずをへらしています。



好評献立のレシピを公開しています。



令和3年3月分 学校給食献立予定表



いちねんかんのきゅうしょくをふりかえろう

日曜	こんだてめい	おもにからだをつくるものになる		おもにからだのちょうしをととのえる		おもにエネルギーのもとになる		献立に含まれるアレルギー表示 (特定原材料及びそれに準ずる28品目)
		1ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん	
		さかな・にく・たまご まめ・まめせいひん	ぎゅうにゅう にゅうせいひん こざかな・かいそう	いろいろのさい	そのたのやさい・くだもの・きのこ	こめ・パン・めん いも・さとう	ゆし・しじつ	
12金	むぎごはん					【こめ】	【こめ】	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ハヤシライス	【ぎゅうにく】・だいず		にんじん	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも	ハヤシルウ あぶら	牛肉 大豆 小麦 豚肉 りんご 鶏肉
	☆かぼちゃひきにくフライ	ぶたにく		かぼちゃ	たまねぎ	パンこ・でんぷん こむぎこ・さとう	あぶら	豚肉 大豆 小麦
15月	ごはん					【こめ】	【こめ】	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ごじる	【ぶたにく】・ミックスみそ だいずペースト・【とうふ】		にんじん	だいこん・ねぎ・しょうが	さといも	あぶら	豚肉 大豆
	☆ししゃもフライごまソース・2個	ししゃも				パンこ・こむぎこ さとう・でんぷん	あぶら・ごま	小麦 ごま 大豆
	*138プリン		【138プリン】					乳 卵 大豆
16火	ごはん					【こめ】	【こめ】	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	にくじゃが	【ぶたにく】		にんじん・さやいんげん	こんにゃく・たまねぎ	じゃがいも・さとう	あぶら	豚肉 大豆 小麦
	てりどり	とりにく			しょうが	さとう	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
17水	ソフトめん					ソフトめん		小麦
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	カレーなんばんソフトめん	とりにく・かまぼこ		にんじん	たまねぎ・ねぎ・ほししいたけ	でんぷん	カレールウ あぶら	鶏肉 小麦 大豆
	キャベツいりつくね (おこのみソース)	とりにく・ぶたにく かつおぶし			キャベツ・しょうが	でんぷん・さとう	あぶら	鶏肉 豚肉
	◎こがねあえ			【ほうれんそう】	とうもろこし	さとう		大豆 小麦
18木	わかめごはん		わかめ			【こめ】	【こめ】	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	さくらのすましじる	かまぼこ・【とうふ】		にんじん・【みつば】	はくさい・えのきたけ ほししいたけ			大豆 小麦
	☆ヒレカツ・2こ (とんかつソース)	ぶたにく・だいずこ				でんぷん・パンこ	あぶら	豚肉 小麦 大豆
	☆おいわいデザート					おいわいデザート		卵 大豆 乳 小麦 アーモンド
	22月	ごはん					【こめ】	【こめ】
ぎゅうにゅう			【ぎゅうにゅう】					乳
わかめスープ		ベーコン・【とうふ】	わかめ	にんじん	もやし・とうもろこし・ねぎ	でんぷん	あぶら	豚肉 大豆 鶏肉 小麦
ぶたどん		【ぶたにく】		にんじん・ピーマン	たまねぎ・エリンギ・しょうが	さとう	ごま ごまあぶら	豚肉 大豆 小麦 ごま
23火	ごはん					【こめ】	【こめ】	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	だいこんのそぼろに	とりにく・いか・はんぺん		にんじん・さやいんげん	だいこん・ほししいたけ しょうが	さとう	あぶら	鶏肉 いか 大豆 小麦
	あつあげのねぎだれがけ	とうにゅう			ねぎ	でんぷん・さとう	あぶら	大豆 小麦
24水	ごはん					【こめ】	【こめ】	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	とうにゅうなべ	【ぶたにく】・かにだんご しろみそ・とうにゅう		にんじん	しらたき・はくさい しめじ・ねぎ		あぶら	豚肉 かに 大豆 小麦
	☆れんこんサンドフライ	とりにく			【れんこん】・たまねぎ しいたけ	パンこ・でんぷん こむぎこ	あぶら	鶏肉 大豆 小麦

- ・* _____ するしのりんごのタルト、おいわいデザートのからぶくろ、おひなさまデザート、138プリンのからようき・スプーンはぎょうしゃががいしゅうします。
- ・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしようします。
- ・【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしようしています。(てんこうなどにより、さんちがかわることがあります。)
- ・こんだてめいに () できさいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。
- ・◎するしはセンターでドレッシングなどであえてあります。 ・☆するしはセンターであげてちょうりしてあります。
- ・1日、8日、11日、16日、22日、23日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがあります、食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。
- ・きゅうしょくをくばるときの かんせんぼうしのため おかずのかずをへらしています。

