



# 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	いろのこいやさい	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・しゆじつ	
1 月	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
	やさいふりかけ	かつおぶし		ひろしまな・きょうな だいこんば・かぼちゃ				
2 火	ごはん					【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
	*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
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	【ふたにく】・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
4 木	ちゅうかめん					【ちゅうかめん】		小麦
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	みそラーメン	【ふたにく】・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 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
	◎きりほしだいこんのナムル				【きりほしだいこん】 きゅうり		ナムルのもと	ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦
5 金	ごはん					【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	ふたにく		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
8 月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ごじる	【ふたにく】・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こ	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
	◎こがねあえ			【ほうれんそう】	とうもろこし	さとう		大豆 小麦
9 火	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
10 水	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	にくじゃが	【ふたにく】		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
11 木	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・ 【ふたにく】)		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	ふたにく・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

- ・\*\_\_\_\_\_し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かいしゅうします。
- ・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしゅうします。
- ・【 】のしよくひんはあいちけんさんのものをしゅうしています。(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、2日、10日、11日、15日、22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 こさかな・かいそう	いろのこいやさい	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・しゅじつ	
12 金	むぎごはん					【こめ】	おおむぎ	
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	とうにゅうなべ	【ふたにく】・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 しめじだけ・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
	*138プリン		【138プリン】					乳 卵 大豆
15 月	ごはん					【こめ】		
	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
	*りんごのタルト					りんごのタルト		りんご 大豆
16 火	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	カレールー あぶら	鶏肉 小麦 大豆
	キャベツいりつくね	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
	(おこのみソース)							もも りんご 大豆 小麦 鶏肉 豚肉
17 水	ごはん					【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・えのきだけ ほししいたけ			大豆 小麦
	☆ヒレカツ・2こ	ぶたにく・だいすこ				でんぷん・パンこ	あぶら	豚肉 小麦 大豆
	(とんかつソース)							大豆 りんご
◎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	
18 木	わかめごはん		わかめ			【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ちやわんむしスープ	とりにく・【たまご】 かまぼこ		にんじん・【みつば】	えのきだけ・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	かつお				パンこ・こむぎこ でんぷん	あぶら	小麦 大豆
	(ウスターソース)							りんご 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
*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】		
	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】		
	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	カレールー 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	いちごゼリー ホワイトゼリー		乳
24 水	ごはん					【こめ】		
	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

・\* \_\_\_\_\_ 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かいしゅうします。

・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、2日、10日、11日、15日、22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。

