



令和2年3月分 学校給食献立予定表

いちねんかんのほんせいをしましょう

日 曜	こんだてめい	おもにからだをつくるもとになる		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27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	
2月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	さわにわん	【ぶたにく】		にんじん	だいこん・ごぼう・【ねぎ】	こんにゃく	あぶら	豚肉 大豆 小麦
	とうふのごまみそだれ	とうにゅう・あかみそ				でんぷん・さとう	ごま・あぶら	大豆 ごま 小麦
	さけふりかけ	さけ				さとう	ごま・あぶら	さけ ごま 大豆
3火	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	豚肉 小麦 いか 大豆
	やきフランクフルト	ぶたにく				さとう	あぶら	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
	ココアパウダー					ココアパウダー		大豆
4水	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	じゃがいものそぼろに	あいびきにく (ぎゅうにく・ぶたにく) ちくわ		にんじん・さやいんげん	たまねぎ・しょうが	じゃがいも こんにゃく・さとう でんぷん	あぶら	牛肉 豚肉 大豆 小麦
	☆たちうおフライ	たちうお				パンこ・こむぎこ	あぶら	小麦 大豆
	(ソース)							大豆 りんご
	*カットパイ				カットパイ			
5木	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	かきたまじる	【たまご】・とりにく 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	卵 鶏肉 小麦 大豆
	☆みそカツ・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
	(あまみそ)	みそ				さとう	ごま	大豆 ごま
6金	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	【やきぶた】・なると 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 大豆 ごま
	ポークシューマイ・2こ	ぶたにく・とりにく だいすこ			たまねぎ・しょうが	でんぷん・パンこ こむぎこ・さとう	ごまあぶら	豚肉 鶏肉 小麦 ごま 大豆
	◎きゅうりのナムル				きゅうり		ナムルのもと	ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦
	こざかな		かたくちいわし			さとう		
9月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ビーフンスープ	【ぶたにく】・【やきぶた】		にんじん	はくさい・【ねぎ】 ほししいたけ	ビーフン	あぶら	豚肉 小麦 大豆 鶏肉
	☆ミンチカツ	ぎゅうにく			たまねぎ	さとう・パンこ でんぷん・こむぎこ	あぶら	牛肉 大豆 小麦
	(とんかつソース)							大豆 りんご
	*ヨーグルト		ヨーグルト					乳 ゼラチン
10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
	コーンポタージュ	とりにく	なまクリーム	にんじん・パセリ	たまねぎ・とうもろこし		ホワイトルウ あぶら	鶏肉 乳 豚肉 大豆
	ハンバーグのデミグラスソース	とりにく・ぶたにく			たまねぎ	じゃがいも・さとう	あぶら	鶏肉 豚肉 大豆 小麦 りんご
	◎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

・* するしきのきよみオレンジのかわ・からぶくろ、カットパイ、りんごのからぶくろ、ヨーグルト、おいおいデザートのからようき・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。
- ・【 】のしょくひんはあいけんさんのものをしゅうしています。(てんこうにより、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。



・2日、11日、17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。



令和2年3月分 学校給食献立予定表



いちねんかんのはんせいをしましょう

日 曜	こんだてめい	おもにからだをつくるもとになる		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27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 こぎかな・かいそう	いろいろのこいやさい	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	
11 水	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ぎゅうにくとごぼうのいりに	【ぎゅうにく】・かまぼこ		にんじん	ごぼう・たまねぎ・【ねぎ】	しらたき・さとう	あぶら	牛肉 大豆 小麦
	じゃがいももち					じゃがいも・でんぷん さとう	あぶら	大豆 小麦
	*りんご				りんご			りんご
12 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
	わふうポトフ	とりにく・ウインナー こうやどうふ		にんじん	だいこん・たまねぎ しめじだけ・【ねぎ】		あぶら	鶏肉 豚肉 大豆 小麦
	さばのしおやき	さば					あぶら	さば
	◎わふうサラダ	かまぼこ・かつおぶし		【にんじん】 【ほうれんそう】		さとう	あぶら	大豆 小麦
13 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
	ビーフカレー	ぎゅうにく		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	牛肉 小麦 大豆 りんご 豚肉 パナナ
	フルーツのミルクゼリーあえ		ぎゅうにゅう		みかん・パイン・もも	ミルクゼリーのもと		もも 乳 りんご
16 月	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
	ごもくソフトめん	とりにく・あぶらあげ かまぼこ		にんじん	はくさい・【ねぎ】 ほししいだけ		あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	☆さつまいもとだいずのあまがらめ	【だいず】				さつまいも でんぷん・さとう	あぶら・ごま	大豆 ごま
17 火	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ごじる	【ぶたにく】・だいずペースト 【とうふ】・ミックスみそ		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
	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
	*きよみオレンジ				きよみオレンジ			オレンジ
18 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 ほししいだけ			大豆 小麦
	☆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
	◎いんげんのごまあえ		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		乳 卵 小麦 大豆
23 月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	のっぺいじる	【ぶたにく】・あぶらあげ		にんじん	だいこん・【ねぎ】 ほししいだけ	さといも・でんぷん	ごまあぶら	豚肉 大豆 小麦 ごま
	てりどり	とりにく			しょうが	さとう	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	◎はくさいのこんぶあえ		こんぶ		はくさい			小麦 大豆

・* するしのきよみオレンジのかわ・からぶくろ、カットパイン、りんごのからぶくろ、ヨーグルト、おいわいデザートのからようき・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()でさ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。

・2日、11日、17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。



好評献立のレシピを公開しています。