



# 平成29年3月分 給食献立予定表



瀬戸内市邑久学校給食調理場

日付	献立名				主な材料			
	主食	主菜 (メインになるおかず)	副菜 (主菜を補う)	その他	血やにくになる	体の調子をとどめる	力や熱のもとになる	
1 (月)	麦ごはん	げたミンチのそぼろ煮 【鶏肉/濃口醤油:小麦・大豆】	ふるさとの味給食の日 キャベツの甘酢あえ 【濃口醤油:小麦・大豆/ごま】		486 牛乳 614 鶏肉 728 平天 きわかめ	けたあつあげちりめん	ほしいだけたまねぎもやししょうが にんじんいんげんキャベツ	こめ さとう じゃがいも むぎ こんにやく ごま
2 (木)	米粉パン 【小麦・乳・大豆】	カレーポトフ 【鶏肉/ウインナー:鶏肉・豚肉/地鶏鶏皮ブイオン:鶏肉/ウスターソース:牛肉・大豆・小麦/濃口・薄口醤油:小麦・大豆】	ごぼうとナッツのサラダ 【薄口醤油:小麦・大豆】	●ミルメーク	499 牛乳 648 鶏肉 784	ウインナー	パセリ にんじん きゅうり ごぼう たまねぎ マッシュルーム キャベツ 赤ピーマン	米粉パン アーモンド じゃがいも ミルメーク ノンエッグマヨネーズ
3 (金)	ひなまつりずし 【小麦・大豆/鰯/ごま】	さわらの塩麹焼き	ひなまつりこんだて 春風のすまし汁 【薄口醤油:小麦・大豆】	●ひなあられ 【小麦・大豆】	海藻類 505 牛乳 638 さわかめ 781 かまぼこ 高野豆腐 わかめ	鰯 とうふ ちくわ わかめ	とうもろこし にんにく はくさい れんこん かんぴょう えだまめ えのきたけ なのはな ごぼう ほしいだけ	こめ さとう むぎ あられ ごま
6 (月)	カレーライス 【牛肉/地鶏鶏皮ブイオン:鶏肉/鶏皮湯:鶏肉・豚肉/カレーウ:小麦・大豆/ウスターソース:牛肉・大豆・小麦/濃口醤油:小麦・大豆】	中学3年生 わくわく給食 寒天サラダ 【しそドレッシング:小麦・大豆】	●福神漬け 【小麦・大豆・オレンジ】		579 牛乳 724 寒天 859	牛肉	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり 福神漬け	こめ あぶら 青じそドレッシング 小麦粉 むぎ じゃがいも
7 (火)	みそラーメン 【米粉中華めん:小麦】 【豚肉/みそ:大豆/濃口醤油:小麦・大豆】	中学3年生 わくわく給食 だいごんの中華あえ 【濃口醤油:小麦・大豆】	チョコマフィン 【小麦/乳】		552 牛乳 694 みそ 821 平天	ぶた肉 わかめ	しょうが もやし しんじょう ごまつな にんじん キャベツ だいごん とうもろこし	中華めん さとう バター チョコレート こめ さとう ごま油 チョコレート
8 (水)	麦ごはん ●マイティソース 【りんご】	れんこんのきんぴら 【濃口醤油:小麦・大豆】 赤だしみそ汁 【みそ:大豆】	★紅白ゼリー 【大豆】		568 牛乳 679 わかめ 824 みそ	ぶた肉 とうふ	れんこん いんげん えのきたけ ねぎ にんじん たまねぎ なめこ	こめ あぶら こんにやく さとう 紅白ゼリー マティソース むぎ ごまあぶら
9 (木)	米粉黒糖パン 【小麦・乳・大豆】	魚のオーロラソース かけ 【みそ・大豆】	マッシュポテト コーンスープ 【鶏がらスープ:鶏肉/薄口醤油:小麦・大豆】		484 牛乳 622 みそ 759 ベーコン	ホキ あおのり とうふ	にんじん とうもろこし たまねぎ デンゲン菜	米粉パン さとう じゃがいも
10 (金)	麦ごはん	筑前煮 【鶏肉/濃口醤油:小麦・大豆】	もってえおんジャーの日 ゆかりあえ 【濃口醤油:小麦・大豆】		469 牛乳 611 まるてん 731	とり肉 こんぶ	しょうが にんじん ほしいだけ だいごん キャベツ 赤しそ	こめ じゃがいも さとう むぎ こんにやく
13 (日)	五穀米 ごはん	卒業祝いこんだて ●鯛の西京焼き 【鰯/みそ:大豆】	ごまあえ 【ごま/薄口醤油:小麦・大豆】 とん汁 【豚肉/濃口醤油/しそ:小麦・大豆】	★お花のカット ブケーキ	589 牛乳 715 みそ 830 とうふ	鮭 ぶた肉	しょうが たまねぎ はくさい キャベツ いちご果汁 ごぼう たまねぎ ねぎ デンゲン菜	こめ はだかむぎ 赤米 ごま さとう お花のカット ブケーキ もちむぎ 黒米 もちきび こんにやく さとう さとう
14 (火)	五目うどん 【うどん:小麦】 【鶏肉/濃口・薄口醤油:小麦・大豆】	わけぎのぬた 【白みそ:大豆】	やきいも		542 牛乳 656 かまぼこ 一 ちりめん みそ	とり肉 油あげ わかめ	にんじん もやし キャベツ ごぼう 白ねぎ わけぎ	うどん さつまいも こめ じゃがいも さとう むぎ
15 (水)	麦ごはん	ぶた肉のしょうが焼き 【豚肉/濃口醤油:小麦・大豆】	ポテトサラダ みそ汁 【みそ:大豆】		552 牛乳 692 油あげ 819 わかめ	ぶたにく みそ	しょうが とうもろこし にんじん しめじ きゅうり たまねぎ だいごん ねぎ	こめ じゃがいも ノンエッグマヨネーズ むぎ
16 (木)	米粉パン 【小麦・乳・大豆】	チキン簡蚕 【鶏肉/濃口醤油:小麦・大豆】 ●ノンエッグタルタルソース 【大豆・りんご】	温野菜 ワンダンスープ 【地鶏鶏皮ブイオン:鶏肉/ワンタン:小麦/濃口・薄口醤油:小麦・大豆】		697 牛乳 846 ベーコン	とり肉	ブロッコリー レモン果汁 にんじん たまねぎ キャベツ デンゲンサイ	米粉パン あぶら でんぷん ノンエッグタルタルソース ワンタン さとう
17 (金)	ふわふわどんぶり 【鶏肉/卵/濃口醤油:小麦・大豆】	小松菜のごまあえ 【ごま/濃口醤油:小麦・大豆】	清見オレンジ		502 牛乳 一 たまご 734 かまぼこ	とり肉 とうふ	にんじん たまねぎ ごまつな オレンジ ほしいだけ ねぎ もやし	こめ やきふ さとう ごま
21 (火)	ソフトめん肉みそソースかけ 【米粉ソフトめん:小麦】 【豚肉/鶏がらスープ:鶏肉/みそ:大豆/濃口・薄口醤油:小麦・大豆】	水菜サラダ 【ごまドレッシング:ごま・大豆・小麦】 にぼしのアーモンドがらめ 【濃口醤油:小麦・大豆】			487 牛乳 611 はたて貝柱 822 煮干し	みそ ぶたにく	キャベツ にんじん ほしいだけ ただのこ みすな ねぎ たまねぎ だいごん しょうが	ソフトめん 胚芽米 でんぷん さとう アーモンド ごまドレッシング
22 (水)	五目ごはん 【小麦・大豆・鶏肉】	和風ハンバーグ 【鶏肉・豚肉/小麦/ごま/濃口醤油:小麦・大豆】	ほうれん草のおひたし 【濃口醤油:小麦・大豆】 野菜スープ【地鶏鶏皮ブイオン:鶏肉/薄口醤油:小麦・大豆】	ミニゼリー 【オレンジ】	553 牛乳 666 ぶた肉 787 ベーコン	とり肉 油あげ ベーコン	ほうれん草 にんじん たまねぎ マッシュルーム セロリー ごぼう ほしいだけ れんこん オレンジ果汁	こめ さとう じゃがいも こんにやく さとう ミニゼリー むぎ じゃがいも
23 (木)	米粉パン 【小麦・乳・大豆】	ポークビーンズ 【豚肉/大豆/ウスターソース:牛肉・大豆・小麦/濃口醤油:小麦・大豆】	ツナサラダ 【ツナ:大豆】	●いちごジャム	492 牛乳 637 ぶた肉 778 金時豆	ツナ 大豆	にんじん トマト キャベツ とうもろこし たまねぎ さやいんげん きゅうり いちご	米粉パン じゃがいも ノンエッグマヨネーズ さとう

※○印は瀬戸内市基本献立です。

※●は小袋がつかます。★は直接学校に配送されます。

※献立は都合により変更することがあります。牛乳は毎日つかます。

※主に、加工食品、調味料を使用するものについて、献立名の欄に、アレルギー源になりやすい27品目に該当する物を【 】に載せています。

※米粉パン・米粉黒糖パン【小麦・大豆・乳】、米粉中華めん・米粉ソフトめん・うどん【小麦】が含まれています。

※瀬戸内市のホームページに、献立と1月に使用している食材の産地を掲載しています。