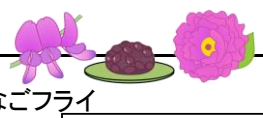
令和6年3月分　給食献立予定表

瀬戸内市牛窓学校給食調理場

日付	こんだてめい	おもなざいりょう 赤 おもに体をつくる	緑 おもに体の調子をととのえる	黄 おもにエネルギーのもとになる	家庭でとって欲しい食品	エネルギー(幼) エネルギー(小) エネルギー(中)
1（金）	米粉パン　牛乳　牛肉と白いんげん豆のトマト煮 ポパイサラダ　デコポン	ぎゅうにゅう　ぎゅうにく ウインナー　ハム	にんにく　にんじん　たまねぎ マッシュルーム　トマト　もやし さやいんげん　ほうれんそう とうもろこし　デコポン	こめこパン　あぶら しろいんげんまめ じゃがいも　さとう ノンエッグマヨネーズ	魚介類	532 689 831
4（月）	おひな寿司　牛乳　さわらの西京焼き 三色団子のすまし汁　ひなあられ **ひなまつり献立**	ぎゅうにゅう　さけ たまご　こうやどうふ さわら　みそ わかめ	にんじん　ごぼう　れんこん かんぴょう　ほししいたけ きぬさや　たまねぎ えのきたけ　ねぎ	こめ　さとう だんご　ひなあられ	豆類	574 683 794
5（火）	赤飯　牛乳　若鶏の照り焼き 菜の花のおひたし　手鞠麩の赤だし　いちご大福 **卒業お祝い献立**	ぎゅうにゅう　とりにく ちりめん　みそ わかめ	しょうが　なのはな もやし　だいこん　たまねぎ にんじん　しめじ ねぎ　いちご	こめ　もちごめ あずき　ごま さとう　ふ しろあん	いも類	607 719 817
6（水）	ソフトめんクリームソースかけ　牛乳 ほたてフライ　グリーンサラダ	ぎゅうにゅう　とりにく あさり　チーズ なまクリーム　ほたて	にんじん　たまねぎ マッシュルーム　ほうれんそう キャベツ　アスパラガス えだまめ	ソフトめん　あぶら バター　パンこ こむぎこ　でんぷん さとう	大豆・大豆製品	601 716 911
7（木）	麦ご飯　牛乳　じゃがいものそぼろ煮 わけぎのぬた　のり佃煮	ぎゅうにゅう　ぶたにく さつまあげ　ちくわ みそ　のり	しょうが　にんじん たまねぎ　たけのこ えだまめ　わけぎ キャベツ	こめ　むぎ あぶら　じゃがいも さとう　でんぷん ごま	小魚	561 683 791
8（金）	卵サンドパン　牛乳 根菜の豆乳ポタージュ	ぎゅうにゅう　たまご ベーコン　とうにゅう	らっきょう　ごぼう にんじん　たまねぎ エリンギ　パセリ	こめこバターロールパン ノンエッグマヨネーズ しろいんげんまめ さつまいも　あぶら	肉類・魚介類	558 736 900
11（月）	麦ご飯　牛乳　さばの香味焼き 粉ふきいも　沢煮椀	ぎゅうにゅう　さば あおのり　ぶたにく	ねぎ　しょうが ごぼう　にんじん たけのこ　うど ほししいたけ　きぬさや	こめ　むぎ じゃがいも　あぶら	種実類	548 668 773
12（火）	マーボー丼　牛乳　春雨スープ お茶めな大豆	ぎゅうにゅう　ぶたにく とうふ　みそ テンメンジャン　ベーコン だいず	にんにく　にんじん たまねぎ　ほししいたけ たけのこ　しろねぎ きくらげ　チンゲンサイ	こめ　むぎ あぶら　じゃがいも はるさめ	海藻	574 695 –
13（水）	函館ラーメン　牛乳　キャベツと いかのしょうが炒め　甜菜蒸しパン **牛窓中献立コンテスト 準グランプリ献立 ～北海道～**	ぎゅうにゅう　やきぶた なると　いか みそ　たまご ヨーグルト	たけのこ　しろねぎ もやし　しょうが にんじん　たまねぎ キャベツ	ちゅうかめん　あぶら さとう　こむぎこ	いも類	578 724 856
14（木）	たこ飯　牛乳　せんざんき いも炊き　みかん大福 **牛窓中献立コンテスト グランプリ献立 ～愛媛県～**	ぎゅうにゅう　たこ てばさき　とりにく とうふ　とうにゅう	にんじん　ごぼう えだまめ　しょうが にんにく　ほししいたけ もやし　ねぎ	こめ　むぎ あぶら　でんぷん さといも　さとう コーンスターチ　もちこ	緑黄色野菜	602 700 864
15（金）	レーズンパン　牛乳　レバポテビーンズマリアナソース オニオンスープ	ぎゅうにゅう　とりレバー だいず　ベーコン	たまねぎ　にんじん キャベツ　とうもろこし こまつな	レーズンパン　こむぎこ でんぷん　あぶら じゃがいも　さとう	きのこ類	– 757 922
18（月）	ミートドリア　牛乳　ビーンズスープ 【中のみ】バニラヨーグルト 	ぎゅうにゅう　ぎゅうにく ぶたにく　だいず チーズ　ベーコン 【中のみ】ヨーグルト	にんじん　たまねぎ マッシュルーム　トマト パセリ　はくさい えだまめ　セロリー	こめ　むぎ バター　あぶら さとう　パンこ じゃがいも　きんときまめ	魚介類	566 – 911
19（火）	みそけんちんうどん　牛乳　きびなごフライ 手作りぼたもち **春のお彼岸献立**	ぎゅうにゅう　あぶらあげ とうふ　みそ きびなご　きなこ	にんじん　ごぼう だいこん　ねぎ しょうが	あぶら　じゃがいも さといも　でんぷん　こめ もちごめ　あん さとう　ほしうどん	緑黄色野菜 淡色野菜	558 650 789
21（木）	ひじきおこわ　牛乳　田毎蒸し 春キャベツのみそ汁	ぎゅうにゅう　ぎゅうにく あぶらあげ　ちくわ ひじき　とりにく　かまぼこ たまご　わかめ　みそ	にんじん　えだまめ ほうれんそう　ほししいたけ えのきたけ　たまねぎ はるキャベツ　ねぎ	こめ　もちごめ あぶら　さとう くり　ふ	いも類	569 678 786
22（金）	ココア揚げパン　牛乳 チキンカチャトーラ　ミモザ風サラダ	ぎゅうにゅう　とりにく たまご	セロリー　たまねぎ にんじん　にんにく トマト　ピーマン ブロッコリー　キャベツ	こめこパン　あぶら さとう　ペンネ	大豆・大豆製品	541 706 856
25（月）	大豆入りハヤシライス　牛乳 マセドアンサラダ　いちご	ぎゅうにゅう　ぎゅうにく だいず	にんにく　にんじん たまねぎ　マッシュルーム トマト　だいこん きゅうり　とうもろこし　いちご	こめ　むぎ あぶら　さとう	いも類	594 726 849

3月に使用している瀬戸内市の食材

米

マッシュルーム（雪国まいたけ）

こまつな（長船・どんちゃんの野菜畑）

ほうれんそう（邑久・山下さん）（長船・いぶき）

もち米（　邑久・正金さん　）

こむぎこ（長船・大倉さん）

キャベツ（牛窓・那須さん、森部さん、山本さん、菅原さん、高田さん）

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

＊ ○ のある日は瀬戸内市基本献立の日です。

＊ 献立は材料の関係で予告なく変更することがあります。

＊ 7日は『もってぇねんジャーの日』です。苦手なものにも挑戦しましょう！

＊ 1月の給食週間で牛窓中学校で実施した「食べてみたい郷土料理」で選ばれた準グランプリ（北海道）・グランプリ献立（愛媛県）を13日・14日で実施予定です。