



# 3月 学校給食献立表

平成28年

甲賀市東部学校給食センター TEL : 88-3903



日	曜	主 食	牛乳	献立名	主 な 使 用 材 料					
					血や肉になるもの(赤)		体の調子を整えるもの(緑)		エネルギーになるもの(黄)	
					1群	2群	3群	4群	5群	6群
					魚肉卵豆類	牛乳小魚海藻	緑黄色野菜	その他の野菜果物	穀類芋類砂糖	油脂類
1	火	★佐賀県の献立★ ごはん	牛乳	みつせ鶏のレモン煮風 つんきだご汁 のりあえ	鶏肉 麦みそ	牛乳 のり	にんじん ねぎ 小松菜	レモン だいこん もやし	米 でんぶん さとう 小麦粉 さつまいも	油
2	水	ココアパン	牛乳	とうふハンバーグ クリームシチュー 野菜サラダ イタリアンドレッシング	とうふ 鶏肉 おから	牛乳 生クリー ム	にんじん ブロッコリー	たまねぎ しょうが しめじ とうもろこし	ココアパン 米粉 パン粉 さとう でんぶん じゃがいも	油 ドレ ッシング
3	木	★ひなまつり 献立★ ちらしずし	牛乳	甲賀かぼちゃコロッケ 桃かまぼこのすまし汁 菜の花のごまあえ ひなあられ	かまぼこ 鶏肉	牛乳 わかめ	にんじん かぼちゃ みつば 菜の花	たけのこ れんこん かんぴょう 干しいたけ たまねぎ キャベツ	米 さとう パン粉 じゃがいも 小麦粉 さとう でんぶん ふ	油 ごま あられ
4	金	黒糖パン	牛乳	さわらのハーブ焼き キャロット米粉ポタージュスープ だいこんサラダ とうふマヨネーズ	さわら ベーコン まぐろ	牛乳 生クリー ム	にんじん パセリ	たまねぎ だいこん れんこん	黒糖パン 米粉 とうふマヨネーズ	オリ ブ油
7	月	★学校給食用料理コンクール 最優秀賞の献立★ ごはん	牛乳	さんまのカラフルみそだれ けんちん汁 なっとう	さんま みそ 鶏肉 とうふ なっとう	牛乳	にんじん ピーマン ねぎ	しめじ たまねぎ ごぼう 干しいたけ	米 小麦粉 さとう さといも	ごま油 油
8	火	★かみかみ献立★ ごはん	牛乳	かみかみメンチカツ 筑前煮 切り干し大根のハリハリあえ	いか たら 鶏肉 ちくわ	牛乳 こんぶ	にんじん いんげんまめ	キャベツ たけのこ れんこん 切り干しだいこん	米 でんぶん パン粉 小麦粉 さといも さとう	油
9	水	うずまきパン 液体コーヒー	牛乳	オムレツ ミネストローネ ブロッコリーのドレッシングあえ	卵 豚肉	牛乳	にんじん トマト ブロッコリー	たまねぎ	うずまきパン さとう でんぶん 液体コーヒー じゃがいも 米粉マカロニ	油
10	木	ごはん	牛乳	エビフライ カレー キャベツの甘酢あえ	えび 豚肉 牛肉	牛乳	にんじん	とうもろこし たまねぎ キャベツ	米 パン粉 米粉 小麦粉 さとう でんぶん じゃがいも	油
11	金	中華めん	牛乳	ぎょうぎ ラーメン風汁 もやしのナムル	豚肉 みそ 大豆 なると	牛乳	にんじん ねぎ 小松菜 ほうれん草	キャベツ しょうが 干しいたけ とうもろこし はくさい もやし	中華めん さとう 小麦粉 でんぶん	油 ごま 油
14	月	五目ごはん	牛乳	ハンバーグ和風ソースがけ ハートかまぼこ汁 豆乳プリン(その他)ケーキ(中3)	鶏肉 油揚げ 大豆 とうふ かまぼこ	牛乳	にんじん みつば	こんにゃく ごぼう たまねぎ しめじ たまねぎ えのきたけ	米 パン粉 さとう でんぶん 豆乳プリン ケーキ	油 豚脂
15	火	★鉄たっぶり献立★ ごはん	牛乳	レバー入りメンチカツ 高野豆腐と野菜の煮物 赤こんにゃくのきんぴら	豚肉 豚レバー 鶏肉 高野豆腐 かつお削り節	牛乳	にんじん いんげんまめ	たまねぎ だいこん 干しいたけ 赤こんにゃく こんにゃく	米 パン粉 小麦粉 でんぶん さとう	油
16	水	カット入り丸パン	牛乳	ハムチーズフライ コンソメスープ キャベツのソテー ケチャップ	ソーセージ 豚肉 鶏肉	牛乳 チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ だいこん しめじ セロリー キャベツ	パン さとう でんぶん パン粉 小麦粉	油
17	木	ごはん	牛乳	さけの塩焼き 肉じゃが ほうれん草のごまあえ ケーキ(小6のみ)	さけ 豚肉	牛乳	にんじん ほうれん草	こんにゃく たまねぎ もやし	米 じゃがいも さとう ケーキ	油 ごま
18	金	★食育の日献立★ ごはん うめぼし	牛乳	わかさぎのお茶あげ 甲賀ふるさと汁 かんぴょうと豚肉の炒め物	油揚げ みそ 豚肉	牛乳 わかさ ぎ	茶の葉 にんじん ねぎ	はくさい だいこん かんぴょう キャベツ うめぼし	米 米粉 さとう	油 ごま油
22	火	★カルシウムたっぶり献立★ ごはん 昆布の佃煮	牛乳	焼きししゃも 豚汁 小松菜のカレー炒め	豚肉 みそ 油揚げ	牛乳 ししゃも こんぶ	にんじん ねぎ 小松菜	だいこん ごぼう しめじ	米 さといも さとう	油
23	水	パン きなこクリーム	牛乳	白身魚フライ ポトフ いちごゼリー	ホキ 大豆 ベーコン	牛乳	にんじん いんげんまめ	だいこん たまねぎ ごぼう いちご クランベリー	パン 小麦粉 でんぶん さとう じゃがいも	油

※ソフトめん・中華めん・近江うどんの製造工場では、そばを含む製品を製造しています。

※使用食材などご質問があれば甲賀市東部学校給食センターまでお問い合わせください。

※材料の都合により献立の一部を変更することがあります。

2月22日までの放射線測定結果は、すべて不検出でした。