



3月 学校給食献立表

平成28年度

水口学校給食センター

TEL 62 - 0743

FAX 63 - 4250

日 曜	主 食	牛乳	献立名	主 使 用 材 料		
				血や肉になるもの(赤)	力や熱となるもの(黄)	体の調子を整えるもの(緑)
1 水	ごはん あじつけのり ★鉄ちゃんの日		とうふいりとりつくね にくじゃが いちご プレーンオムレツ	牛乳 とり肉 とうふ おから ぶた肉 のり 牛肉 牛乳 たまご	米 さとう でんぷん サラダ油 じゃがいも	たまねぎ にんじん えだまめ さやいんげんまめ 糸こんにゃく いちご
2 木	チョコチップパン ★ひなまつりこんだて		カレースープ ツナとひじきのサラダ かみかみまめ ホッケのいちやぼし	牛乳 たまご とり肉 だいたツナ ひじき 牛乳 ホッケ	パン でんぷん サラダ油 さとう じゃがいも たまごなしマヨネーズ	たまねぎ にんじん パセリ トマト れんこん とうもろこし
3 金	ちらしずし		うめかまぼこじる なのはなのびたし ひしもち	牛乳 ホッケ かまぼこ とうふ	米 さとう サラダ油	たまねぎ にんじん たけのこ れんこん かんぴょう 干しいたけ 青ねぎ なのはな もやし
6 月	★カミカミ献立 むぎごはん		やきししゃも ※ なめこのみそしる きんぴらごぼう	牛乳 ししゃも みそ かまぼこ 牛肉	米 大麦 サラダ油 さとう	たまねぎ にんじん なめこ 青ねぎ ごぼう
7 火	★カツサンドを作ろう まるカットパン		とんかつ とんかつソース コンソメスープ きゃべつのソテー	牛乳 ぶた肉 とり肉	パン ひまわり油 小麦粉 パン粉	たまねぎ にんじん とうもろこし グリンピース
8 水	★カルちゃんの日 ごはん		さけのしおやき とうふのみそしる きりぼしだいこんのいために	牛乳 さけ とうふ 油あげ みそ 白みそ ちくわ	米 サラダ油 さとう	たまねぎ にんじん 青ねぎ きりぼしだいこん さやいんげんまめ
9 木	ミニコッペパン		ハムとチーズのはさみあげ やきそば かいそうサラダ 青じそドレッシング	牛乳 とり肉 チーズ ぶた肉 わかめ くきわかめ こんぶ	パン 小麦粉 パン粉 ひまわり油 やきそばめん サラダ油	たまねぎ にんじん きゃべつ もやし 青ピーマン だいこん
10 金	★甲賀市を味わおう ごはん うめぼし		くろ米コロッケ こうかふるさとじる かんぴょうとぶたにくのいために	牛乳 ぶた肉 油あげ みそ	米 黒米 パン粉 小麦粉 ひまわり油 さとう サラダ油	だいこん にんじん しめじ たまねぎ 青ねぎ かんぴょう きゃべつ うめぼし
13 月	★中3卒業お祝い献立 むぎごはん		エビフライ カレー ゆでブロッコリー イタリアンドレッシング	牛乳 ぶた肉 油あげ みそ	のむヨーグルト えび とり肉	米 大麦 ひまわり油 小麦粉 パン粉 じゃがいも
14 火	ソフトめん		ちくわの天ぶら かやくじる とりとだいたのにももの	牛乳 ちくわ ぶた肉 かまぼこ とり肉 だいた	ソフトメン 天ぶら粉 ひまわり油 でんぷん さとう	はくさい たまねぎ にんじん 青ねぎ 干しいたけ 赤こんにゃく
15 水	★全国郷土料理(三重県) わかめごはん		いわしのにつけ 僧兵汁(そうへいじる) ちやつ	牛乳 わかめ いわし ぶた肉 とうふ みそ 油あげ こんぶ	米 さといも さとう ごま	ごぼう はくさい にんじん にんにく れんこん 干しいたけ
16 木	★小6卒業お祝い献立 食パン メープルジャム		ハンバーグ ミネストローネ ほうれんそうとコーンのソテー	牛乳 ぶた肉 とり肉	パン パン粉 オリーブ油 じゃがいも 米粉マカロニ さとう サラダ油	たまねぎ にんじん パセリ トマト ほうれんそう とうもろこし
17 金	★ふるさと献立 ごはん		わかさぎのカレーあげ かふかじる きゃべつのこんぶあえ	牛乳 わかさぎ 油あげ みそ こんぶ	米 でんぷん ひまわり油 さとう	だいこん たまねぎ にんじん こんにゃく 青ねぎ きゃべつ
21 火	ごはん		やきぎょうざ ※ ちゅうかスープ もやしのナムル	牛乳 ぶた肉 とり肉 なると	米 さとう 小麦粉 米粉 ごま油 ごま	たまねぎ はくさい にんじん きゃべつ 青ねぎ 干しいたけ にら しょうが もやし こまつな
22 水	★ファイバーくんの日 ごはん		さばのしおやき さつまいものみそしる ほそぎりこんさいのそぼろみそに	牛乳 さば ちくわ わかめ みそ ぶた肉 赤みそ	米 さつまいも さとう ごま油 でんぷん	ごぼう たまねぎ だいこん にんじん れんこん しょうが にんにく 青ねぎ
23 木	こくとうパン		とりのからあげ おいおいデザート ほうれんそうのとうにゅうシチュー だいこんサラダ ちゅうかドレッシング	牛乳 とり肉 豆乳 ぶた肉 かまぼこ	パン 黒糖 ひまわり油 小麦粉 じゃがいも でんぷん 米粉 さとう	たまねぎ ほうれんそう にんじん パセリ だいこん とうもろこし

13日(月)は中学3年生に、16日(木)は小学6年生に、卒業お祝いデザートがつきます。

3/6(月) やきししゃも 小学校2尾、 中学校2尾

*使用食材などご質問があれば水口学校給食センターまでお問い合わせください。

3/21(火) やきぎょうざ 小学校2こ、 中学校3こ

*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。

*月・水・金と21日(火)は空弁当箱を持って登校しましょう。

*麺製造工場では、小麦粉・そば粉・卵・乳を含む製品を製造しています。

*パン製造工場では、卵などを含む製品を製造しています。(別紙参照)

☆放射能測定結果☆

1月26日～2月23日までの測定結果は、全て不検出でした。



給食の食材は、保護者の皆様からいただいております給食費のみでまかなっております。お支払いいただかないと給食材料を買うことができません。必ずお支払いください。

一日一日、春が近づいてきています。今年度も、残りほんのわずかですね。今のクラスで食べる給食も、数えるほどになりました。楽しい思い出になるよう、楽しくおいしくいただきますよ!

