



平成29年 3月学校給食献立表

甲賀市東部学校給食センター TEL: 88-3903



日	曜日	主 食	牛乳	献立名	主 要 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	水	加糖パン	牛乳	白身魚のフライ コーンポタージュスープ キャベツのコールスロー	ホキ 大豆 とり肉 豆乳	牛乳	かぼちゃ にんじん パセリ	たまねぎ とうもろこし キャベツ	パン 小麦粉 さとう でん粉 米粉	油 トリマーグ
2	木	カミカミ献立 ごはん	牛乳	厚焼きたまご 肉じゃが ごぼうサラダ	たまご ぶた肉	牛乳	にんじん いんげんまめ	たまねぎ 干しいたけ しらたき とうもろこし ごぼう	米 さとう じゃがいも	和風ドレッシング 油
3	金	ひな祭り献立 ちらしずし	牛乳	たいの塩焼き 桃かまぼこのすまし汁 菜の花あえ ひなあられ	あまだい とうふ かまぼこ	牛乳 わかめ	にんじん	たまねぎ たけのこ れんこん 菜の花 干しいたけ もやし かんぴょう	米 もち米 さとう	
6	月	かるちゃん献立 ごはん	牛乳	ししゃも とうふとわかめのみそ汁 ひじきの煮物	とうふ 油あげ みそ	牛乳・ひじき ししゃも わかめ	にんじん いんげんまめ	たまねぎ しめじ	米 さとう	油
7	火	ごはん	牛乳	さけの塩焼き 豚汁 小松菜と厚あげの煮つけ	さけ 厚あげ ぶた肉 みそ 油あげ	牛乳	にんじん ねぎ こまつな	だいこん ごぼう こんにゃく	米 さつまいも さとう	油
8	水	うすまきパン	牛乳	メンチカツ コンソメスープ 海藻サラダ いちご	とり肉 ぶた肉 ベーコン 大豆	牛乳 茎わかめ わかめ 昆布	にんじん パセリ	たまねぎ キャベツ だいこん いちご	うすまきパン でん粉 じゃがいも パン粉 さとう 小麦粉	油 青じそドレッシング
9	木	山梨県献立 ごはん	牛乳	鶏のゆずみそ焼き ほうとう 富士山ゼリー	とり肉 油あげ みそ	牛乳	にんじん かぼちゃ ねぎ	だいこん ゆず はくさい しめじ	米 ゼリー さとう ほうとう	
10	金	パン	牛乳	ハムチーズサンドフライ カレースープ キャベツのソテー	ぶた肉 ウィンナー とり肉	牛乳 チーズ	にんじん トマト パセリ	たまねぎ キャベツ	パン パン粉 じゃがいも 小麦粉 でん粉	油
13	月	ごはん	牛乳	フランクフルト カレー フロッコリーのおかかあえ	フランクフルト ぶた肉 花かつお	牛乳	にんじん ブロッコリー	たまねぎ	米 じゃがいも 米粉	
14	火	ごはん	牛乳	焼きぎょうざ 豚キムチスープ もやしのナムル	ぶた肉 大豆	牛乳 わかめ	ねぎ にんじん にら	えのきたけ たまねぎ はくさい キャベツ もやし にんにく しょうが	米 もち粉 さとう でん粉 米粉	ごま ごま油
15	水	パン	牛乳	ハンバーグソースがけ ミネストローネ ほうれん草のソテー	とり肉 ベーコン ぶた肉	牛乳	にんじん ほうれん草	キャベツ たまねぎ とうもろこし	パン マカロニ(米粉) さとう じゃがいも でんぶん パン粉	油
16	木	食育の日献立 ごはん 梅干し	牛乳	ほんもろこのカレーあげ とりのじゅんじゅん 小松菜のお浸し	とり肉 焼きどうふ	牛乳 ほんもろこ	にんじん ねぎ こまつな	たまねぎ いちご もやし 赤こんにゃく えのきだけ	米 米粉 さとう ふ(小麦粉)	油 ごま
17	金	ソフトめん	牛乳	ちくわのいそべあげ かやく汁 五目煮豆	ちくわ 焼きかまぼこ ぶた肉 大豆 油あげ とり肉	牛乳 青のり	にんじん ねぎ	たまねぎ こんにゃく 干しいたけ	ソフトめん 小麦粉 さとう でん粉	油
21	火	ごはん	牛乳	さばの塩焼き おでん みかん	さば とり肉 ちくわ 厚あげ	牛乳 昆布	にんじん	だいこん こんにゃく みかん	米 さといも さとう	油
22	水	鉄ちゃん献立 黒糖パン	牛乳	オムレツ ほうれん草の豆乳シチュー 切り干し大根サラダ	たまご まぐろ とり肉 豆乳	牛乳	ほうれん草 にんじん	たまねぎ 切り干し大根 とうもろこし	黒糖パン さとう じゃがいも 米粉	とうふマーグ
23	木	ごはん	ヨーグルト	とりのからあげ さつまいものみそ汁 カップケーキ	とり肉 油あげ みそ	牛乳	にんじん ねぎ	たまねぎ いちご	米 小麦粉 さつまいも でん粉 米粉 さとう	油

卒業生のみなさんへ
 中学校3年生は、13日(月)・小学校6年生は、16日(木)に
 牛乳のかわりに飲むヨーグルトとケーキ(アレルゲンは大豆)がつけます。

- *ソフトメン・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月の放射能測定は、不検出でした。(～2/21)◎



一日一日、春が近づいています。ときには冬に逆もどり、ふるえあがる日もありますが、草や木は確実に春の準備を進めています。子どもたちは、1年ですいぶん大きくなりました。心も成長したことでしょ。これからもしっかりと食べ、いろんな体験を重ね、すくすくと元気に育ってほしいものです。

今年度も、残りほんのわずかになりましたね。先生やクラスの友だちとの楽しい思い出を胸に、締めくくりの時期を大切に過ごしましょう。春はもうすぐです!

