

教室揭示用

3月学校給食予定献立表

かつらぎ町教育委員会

こんげつせいさんしや
今月の生産者さん

せきもとはくまい
関本さん…白米・キャベツ

みやもとあおだいじん
宮本さん…青ねぎ・大根・にんじん

こやなぎきんときにんじん
小柳さん…金時人参・さつまいも

月火水木金

こんげつきゅうしよく
今月の給食もリクエストメニューが盛りだくさんです！

みなさんからのリクエストにお応えして取り入れた献立はこちら↓

1日豚汁

4日・15日揚げパン

4日コロコロサラダ

5日肉じゃが

5日あつやきたまご

6日といのからあげ

6日野菜のじゃこ和え

7日ジョア(フレーン)

8日・19日カレーライス

11日わかめご飯

12日てりやきハンバーグ

12日冷凍パイ

13日白身魚フライ

14日豚肉のおろし丼

18日鮭のマヨネーズ焼き

21日カレーヌードル

あなたのお気に入りメニューありましたか？

花にはブロッコリーカリフラワー

ふきのとう

みょうが葉の花

●ちらしずし628/804

麦ごはん用麦(薬野食品) | 10 | ☆かまあげしらす | 10 |
☆ちらしずしのもと(三島グリーン) | 12 | ☆えだまめ・冷凍 | 5 |

☆やさいかきあげ

☆野菜かき揚げ(国産野菜・日本水) | 1 | 米ぬか油 | 5 |

●とんじる

豚もも・赤身(大型) | 20 | たまねぎ | 10 |
☆木綿豆腐 | 20 | 青ねぎ | 5 |
こんにやく・突き | 5 | ☆みそ(米) 淡色辛みそ | 6.9 |
にんじん | 5 | ☆だしパック | 1.8 |
ごぼうさがき(冷凍) | 10 |

☆ひなまつりゼリー | 1 | ころ |
☆あじつけのり | 1 | ふくら |

ひなまつりこんだて

●むぎごはん634/805

●ビビンバどん

豚ひき肉 | 60 | ほうれんそう・冷凍 | 30 |
酒・純米酒 | 4 | 切り干し大根 | 1 |
米ぬか油(ポトル) | 0.5 | ☆もやし(大豆) | 0.15 |
☆しょうゆ(こいくち) | 3.5 | ごま(いりごま) | 0.15 |
☆コチジャン | 0.3 | ☆ごま油 | 1.1 |
砂糖・上白糖 | 2.5 | ☆しょうゆ(こいくち) | 2 |
にんじん | 10 |

☆ぎょうざ

☆とうにゅうプリンタルト | 1 | ころ |

☆牛乳の代わりにジョアがです。

●むぎごはん710

●カレーライス

牛肉(和牛)もも・赤肉 | 35 | にんにく | 0.15 |
にんじん | 10 | しょうが | 0.15 |
たまねぎ | 60 | カレー粉 | 0.15 |
じゃがいも | 35 | ☆カレールウ | 11 |
しめじ(ほぐししめじ) | 5 | ケチャップ(3kg) | 1.5 |
白いんげん(ゆで) | 5 | 米ぬか油 | 0.5 |
ひよこまめ(ゆで) | 5 |

☆エビカツレツ | 1 | ころ |

☆フルーツヨーグルト

みかん缶詰(果肉) | 15 | ☆ヨーグルト(プレーン) | 70 |
☆もも缶詰(果肉) | 15 | グラニュー糖 | 0.8 |

☆小学校のみ提供☆

●ごはん619/800

●みそラーメン

☆中華麺(冷凍) | 30 | にんにく | 0.2 |
キャベツ | 30 | ☆みそ(米) 淡色辛みそ | 2.6 |
コーン・冷凍 | 5 | ☆みそ(米) 赤色辛みそ | 2.2 |
青ねぎ | 5 | ☆中華だしの素 | 1.8 |
豚ひき肉 | 40 | 砂糖・上白糖 | 1.2 |
たまねぎ | 50 | 酒・純米酒 | 1.8 |
にんじん | 10 | ☆コンソメ(顆粒) | 0.05 |
しょうが | 0.2 | 米ぬか油(ポトル) | 0.5 |

●さんしょくナムル

もやし(ブラックマッペ) | 20 | ごま(いりごま) | 0.5 |
ほうれんそう・冷凍 | 15 | ☆ごま油 | 0.5 |
にんじん | 5 | ☆しょうゆ(こいくち) | 1.5 |
砂糖・上白糖 | 1.2 |

☆かみかみくるまめ | 1 | ふくら |

●ごはん635/773

●てりやきハンバーグ

☆ハンバーグ(冷凍) | 1 | みりん(本みりん) | 1 |
砂糖・上白糖 | 2 | 酒・純米酒 | 0.5 |
☆しょうゆ(こいくち) | 2 | かたくり粉 | 0.5 |

●かぼちゃサラダ

かぼちゃ(冷凍) | 30 | 酢・米酢 | 0.4 |
ツナ(油漬フレーク) | 5 | 砂糖・上白糖 | 0.3 |
レモン(果汁) | 1 | ☆ノンエッグマヨネーズ | 1 |
コーン・冷凍 | 5 |

●ぐだくさんコンソメスープ

にんじん | 10 | キャベツ | 10 |
☆大豆水煮 | 5 | たまねぎ | 30 |
しめじ(ほぐししめじ) | 5 | ☆コンソメ(顆粒) | 1.8 |
マッシュルーム(水煮) | 5 | ☆しょうゆ(うすくち) | 0.5 |
こまつな(冷凍) | 10 | こしょう(黒) | 0.01 |

●れいとうパイ | 1 | ふくら |

●ごはん639/825

☆しろみざかなフライ

☆白身フライ(冷凍) | 1 | 米ぬか油 | 9 |

●ひじきあえ

☆しそひじき | 4 | にんじん | 5 |
はくさい | 25 | ごま(すりごま) | 0.5 |
ほうれんそう・冷凍 | 20 |

●たまねぎのみそしる

たまねぎ | 30 | さつまいも | 15 |
しいたけ(干、乾) | 1 | こんにやく・突き | 5 |
大根 | 10 | ☆みそ(米) 淡色辛みそ | 6.9 |
☆油あげ(きざみ) | 10 | ☆だしパック | 1.8 |
青ねぎ | 5 |

●むぎごはん655/866

●ぶたにくのおろしどんぶり

豚もも・赤身(大型) | 60 | 酒・純米酒 | 2 |
たまねぎ | 40 | 砂糖・上白糖 | 4 |
にんじん | 10 | みりん(本みりん) | 4.7 |
青ねぎ | 5 | ☆しょうゆ(こいくち) | 7 |
大根おろし(冷凍) | 30 | 一味唐辛子 | 0.02 |
しょうが | 10 | 米ぬか油(ポトル) | 0.5 |

●ポテトサラダ

☆じゃがいも | 25 | こしょう(黒) | 0.02 |
☆えだまめ・冷凍 | 5 | 酢・米酢 | 0.4 |
コーン・冷凍 | 5 | 砂糖・上白糖 | 0.3 |
☆ハム(ローズ) | 5 | ☆ノンエッグマヨネーズ | 1 |
塩(食塩) | 0.02 |

☆ファイバーヨーグルト | 1 | ころ |

●ごはん612/785

●カレーヌードル

☆中華麺(冷凍) | 30 | こまつな(冷凍) | 10 |
豚もも・赤身(大型) | 30 | ☆中華だしの素 | 1 |
たまねぎ | 40 | ☆カレールウ | 8 |
にんじん | 15 | カレー粉 | 0.1 |
しめじ(ほぐししめじ) | 5 | 塩(食塩) | 0.02 |
マッシュルーム(水煮) | 5 | 米ぬか油 | 0.5 |

●ごぼうサラダ

ごぼうさがき(冷凍) | 15 | ☆しょうゆ(うすくち) | 0.3 |
☆えだまめ(むき)・冷凍 | 5 | 砂糖・上白糖 | 0.8 |
ツナ(油漬フレーク) | 5 | 酢・米酢 | 0.5 |
コーン・冷凍 | 5 | ☆ノンエッグマヨネーズ | 1 |
ごま(すりごま) | 1 |

●ござかなつくだに | 1 | ふくら |

●むぎごはん638/810

●さけのマヨネーズやき

さけ | 1 | 切 | みりん(本みりん) | 0.3 |
☆こしょう(黒) | 0.05 | ☆ノンエッグマヨネーズ | 8 |

●くさわかめあえ

荳わかめ | 10 | ごま(いりごま) | 1.5 |
☆えだまめ・冷凍 | 10 | ☆しょうゆ(こいくち) | 2 |
こんにやく・突き | 5 | 酢・米酢 | 0.8 |
にんじん | 5 | 砂糖・上白糖 | 0.8 |

●こうやどうふのもの

鶏もも皮つき(若鶏) | 30 | しょうが | 0.1 |
たまねぎ | 20 | 砂糖・上白糖 | 1.8 |
にんじん | 10 | ☆しょうゆ(こいくち) | 4 |
はくさい | 15 | みりん(本みりん) | 3.6 |
☆高野豆腐 | 5 | ☆だしパック | 1.5 |
ごぼうさがき(冷凍) | 10 | 米ぬか油(ポトル) | 0.5 |
しいたけ(干、乾) | 1.5 |

☆のりつくだに | 1 | ふくら |

●むぎごはん910

●カレーライス

牛肉(和牛)もも・赤肉 | 35 | にんにく | 0.15 |
にんじん | 10 | しょうが | 0.15 |
たまねぎ | 60 | カレー粉 | 0.15 |
じゃがいも | 35 | ☆カレールウ | 11 |
しめじ(ほぐししめじ) | 5 | ケチャップ(3kg) | 1.5 |
白いんげん(ゆで) | 5 | 米ぬか油 | 0.5 |
ひよこまめ(ゆで) | 5 |

☆エビカツレツ | 1 | ころ |

●フルーツヨーグルト

☆みかん缶詰(果肉) | 15 | ☆ヨーグルト(プレーン) | 70 |
☆もも缶詰(果肉) | 15 | グラニュー糖 | 0.8 |

☆中学校のみ提供☆

しゅんぶんひ
春分の日

●ごはん612/785

●カレーヌードル

☆中華麺(冷凍) | 30 | こまつな(冷凍) | 10 |
豚もも・赤身(大型) | 30 | ☆中華だしの素 | 1 |
たまねぎ | 40 | ☆カレールウ | 8 |
にんじん | 15 | カレー粉 | 0.1 |
しめじ(ほぐししめじ) | 5 | 塩(食塩) | 0.02 |
マッシュルーム(水煮) | 5 | 米ぬか油 | 0.5 |

●ごぼうサラダ

ごぼうさがき(冷凍) | 15 | ☆しょうゆ(うすくち) | 0.3 |
☆えだまめ(むき)・冷凍 | 5 | 砂糖・上白糖 | 0.8 |
ツナ(油漬フレーク) | 5 | 酢・米酢 | 0.5 |
コーン・冷凍 | 5 | ☆ノンエッグマヨネーズ | 1 |
ごま(すりごま) | 1 |

●ござかなつくだに | 1 | ふくら |

こんにちは、あさりです。
おひなさまのはまぐりとにているけど、ほくのかがいらはざらざらで、はまぐりはつつつ。それからほくのほうがちよっとちいさい。からだをつくるえいやうがたっぷりだからたくさんたべてね！