

令和6年

3月学校給食予定献立表

井原市学校給食センター

日 曜	献 立 名	主 な 材 料			中 止 校	
		主に体をつくるものになる食品	主に体の調子をととのえるものになる食品	主に体のエネルギーのもとになる食品		
1(金)	桃の節句献立 ちらし寿司 わかさぎの天ぷら *ひなあられ	牛乳 菜の花のみそ汁	★牛乳 ちくわ わかさぎ 油揚げ 鶏肉 わかめ みそ	にんじん れんこん ごぼう ねぎ かんぴょう 干しいたけ 菜の花 たまねぎ えのきたけ	★米(ちらし寿司) 揚げ油 ひなあられ	出幼
4(月)	パン ポトフ ブロッコリーのごまマヨネーズあえ *いちごジャム	牛乳	★牛乳 ベーコン	大根 たまねぎ にんじん グリンピース キャベツ ブロッコリー	パン いちごジャム じゃがいも ごま マヨネーズ	西幼 大幼
5(火)	お祝い献立 赤飯 *ごま塩(小中) 紅白なます	牛乳 赤魚の塩焼き のっぺい汁	★牛乳 赤魚 小豆 鶏肉 かまぼこ	にんじん 大根 ごぼう ねぎ	★もち米(赤飯) ごま 三温糖 こんにやく 里芋 片栗粉	
6(水)	チキンカレー コールスロー	牛乳	★牛乳 鶏肉	にんにく たまねぎ にんじん グリンピース りんご キャベツ とうもろこし ブロッコリー	★米 じゃがいも サラダ油 三温糖	芳幼 高幼 県幼
7(木)	キムチラーメン 揚げぎょうざ ☆ヨーグルト(小中)	牛乳	★牛乳 ぎょうざ 豚肉 みそ ヨーグルト(小中)	にんにく キムチ もやし たまねぎ にんじん ねぎ	中華めん 揚げ油 ごま油	全中3年
8(金)	ごはん 五目きんぴら *小魚アーモンド	牛乳 にらたま汁	★牛乳 鶏肉 さつまあげ 茎わかめ 豆腐 卵 小魚	ごぼう にんじん いんげん たまねぎ えのきたけ にら	★米 こんにやく 三温糖 ごま 片栗粉 アーモンド	全中3年 井幼
11(月)	コーンピラフ 鶏肉のガーリック焼き わかめスープ ☆豆乳プリンタルト	牛乳 添え野菜	★牛乳 鶏肉 ウインナー わかめ	とうもろこし グリンピース たまねぎ 赤ピーマン にんにく キャベツ えのきたけ にんじん	★米(コーンピラフ) 三温糖 片栗粉 マヨネーズ 豆乳プリンタルト	木中3年
12(火)	肉めし 大根のみそ汁	牛乳 オレンジ	★牛乳 牛肉 豆腐 油揚げ わかめ みそ	しょうが たまねぎ ごぼう にんじん 大根 干しいたけ ねぎ オレンジ	★米 三温糖	全中
13(水)	ごはん 麻婆豆腐	牛乳 ゆず香あえ	★牛乳 豚肉 豆腐 みそ ちりめん	にんにく しょうが たまねぎ にんじん たけのこ 干しいたけ ねぎ 大根 小松菜 ゆず果汁	★米 三温糖 ごま油 片栗粉	全中3年 木幼 出幼
14(木)	ごはん 鯖のもろみみそ焼き 野菜のうま煮	牛乳	★牛乳 さば もろみみそ 鶏肉 厚揚げ 昆布	にんじん たまねぎ グリンピース 干しいたけ	★米 三温糖 片栗粉 じゃがいも こんにやく	全中3年
15(金)	中華丼 ナムル	牛乳	★牛乳 豚肉 いか えび ハム	たまねぎ にんじん はくさい たけのこ 干しいたけ ねぎ もやし チンゲン菜	★米 ★麦 ごま油 片栗粉 三温糖	全中3年
18(月)	ごはん 豚肉のしょうが炒め *たらこふりかけ	牛乳 わかめ汁	★牛乳 豚肉 かまぼこ 油揚げ わかめ たらこふりかけ	小松菜 キャベツ にんじん しょうが たまねぎ 干しいたけ ねぎ	★米 三温糖	全中3年 芳幼 大幼 県幼 井幼 出幼
19(火)	フィッシュバーガー (白身フライ・ゆで野菜・ *タルタルソース) 白花豆ポタージュ	牛乳	★牛乳 白身魚 ウインナー 白花豆 生クリーム 白いんげん豆	キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし	スライス丸パン 揚げ油 タルタルソース じゃがいも	全中3年 全幼
21(木)	五目うどん ポテトサラダ ☆いちごのカップケーキ	牛乳	★牛乳 かまぼこ 鶏肉 油揚げ ハム	たまねぎ にんじん 干しいたけ ねぎ しめじ とうもろこし	うどん じゃがいも マヨネーズ いちごのカップケーキ	全中3年 全幼
22(金)	ごはん 酢鶏 菜の花の辛子あえ	牛乳	★牛乳 鶏肉 ちくわ	にんにく たまねぎ にんじん 赤ピーマン たけのこ 干しいたけ キャベツ 菜の花	★米 片栗粉 じゃがいも 揚げ油 三温糖 ごま	全中3年 全幼 全小
25(月)	大豆入りドライカレー レモンサラダ ☆スイートポテト	牛乳	★牛乳 豚肉 大豆	にんにく しょうが たまねぎ にんじん レモン果汁 グリンピース トマト マッシュルーム キャベツ ブロッコリー とうもろこし	★米 ★麦 三温糖 スイートポテト	全中3年 全幼 全小6年

※給食食材の仕入れ状況により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

★は地場産物(県内産含む)