

令和6年 3月



学校給食予定献立表

赤磐市立東学校給食センター

日付	献立名	【赤】の食品 おもに体をつくる	【緑】の食品 おもに体の調子を整える	【黄】の食品 おもにエネルギーのもとになる	エネルギー (kcal)	家庭でとりたい食品
1 金	ごはん 牛乳 さばのピリから焼き 五目きんぴら	牛乳 さば とり肉 平天	しょうが にんじん こんにやく ごぼう れんこん さやいんげん	米 麦 さとう でん粉 サラダ油 じゃがいも	小 712 中 814	大豆・大豆製品
4 月	そぼろずし 牛乳 さわらの天ぷら 赤だし ひなあられ	牛乳 ツナフレーク たまご さわら みそ わかめ	しょうが にんじん えだ豆 たまねぎ にんじん だいこん なめこ ねぎ	米 さとう サラダ油 小麦粉 でんぶん あげ油 ひなあられ	小 751 中 892	くだもの
5 火	ポークカレーライス 牛乳 海そうサラダ	牛乳 ぶた肉 わかめ かまぼこ	にんにく にんじん たまねぎ キャベツ だいこん	米 麦 じゃがいも カレールウ	小 634 中 751	緑黄色野菜
6 水	★桜が丘小学校 わくわく給食★ 肉うどん 牛乳 ちくわのマヨネーズ焼き ナムル	牛乳 牛肉 ちくわ	にんじん たまねぎ ごぼう えのきたけ ねぎ もやし チンゲンサイ 赤ピーマン	うどん さとう ノンエッグマヨネーズ ごま油	小 658 中 811	いも類
7 木	セルフハンバーガー 牛乳 スライスチーズ(小・中のみ) 野菜スープ	牛乳 ぶた肉 とり肉 セロリ チーズ(小・中のみ) とうもろこし 小松菜	たまねぎ キャベツ にんじん えのきたけ	コッペパン でんぶん じゃがいも	小 670 中 816	魚介類
8 金	ごはん 牛乳 ホイコウロウ むしぎょうざ 豆乳プリンタルト(幼のみ)	牛乳 ぶた肉 厚あげ みそ	しょうが にんにく にんじん ピーマン キャベツ こんにやく エリンギ たまねぎ ねぎ にら しいたけ	米 麦 ごま油 でんぶん さとう 小麦粉 水あめ 豆乳プリンタルト(幼のみ)	小 671 中 783	海そう類
11 月	★卒業お祝い献立★ チキンライス 牛乳 ミートボールスープ 豆乳プリンタルト(小・中のみ)	牛乳 とり肉 あいがも ぶた肉 大豆	にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム ピーマン トマトピューレ キャベツ 小松菜	米 麦 米粉 でんぶん さとう じゃがいも 豆乳プリンタルト(小・中のみ)	小 658 中 761	豆・豆製品
12 火	ごはん 牛乳 厚あげと野菜のマヨみそいため 梅おかかあえ	牛乳 ぶた肉 厚あげ みそ かつお節	たまねぎ にんじん しめじ ブロッコリー 小松菜 もやし ねり梅	米 麦 じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	小 683 中 -	魚介類
13 水	★桜が丘小学校 わくわく給食★ キムチラーメン 牛乳 わかさぎからあげ 中華風あえもの	牛乳 ぶた肉 焼きぶた わかさぎ	しょうが たまねぎ きくらげ もやし とうもろこし 白菜キムチ ねぎ にんじん きゅうり キャベツ	中華めん ごま油 でんぶん さとう	小 612 中 736	いも類
14 木	コッペパン 牛乳 とり肉のマーマレード焼き コーンポタージュ はちみつ&マーガリン	牛乳 とり肉 ベーコン 豆乳	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム とうもろこし パセリ	コッペパン マーマレード じゃがいも アレルゲンフリーホワイトルウ はちみつ マーガリン	小 706 中 824	くだもの
15 金	かまぼこ丼 牛乳 きゅうりのすのもの	牛乳 ぶた肉 かまぼこ とり肉 わかめ	しょうが にんじん たまねぎ こんにやく 白ねぎ きゅうり キャベツ	米 麦 サラダ油 さとう でんぶん	小 624 中 746	緑黄色野菜
18 月	鶏飯 牛乳 じゃがいもとツナのみそマヨネーズ焼き いもけんぴパリッシュ	牛乳 たまご とり肉 のり ツナフレーク みそ かたくちいわし	にんじん 干しいたけ つぼ漬け しょうが ねぎ たまねぎ えだ豆	米 麦 さとう じゃがいも ノンエッグマヨネーズ さつまいも 水あめ	小 - 中 818	野菜
19 火	ごはん 牛乳 肉みそおでん ほうれん草のおひたし	牛乳 牛肉 みそ 厚あげ ちくわ	にんじん だいこん こんにやく ほうれん草 とうもろこし もやし	米 麦 サラダ油 さとう さといも	小 623 中 744	きのこ類
21 木	コッペパン 牛乳 フェイスジョアード ツナポテトサラダ	牛乳 ぶた肉 ウインナー 大豆 金時豆 いんげん豆 ツナフレーク	たまねぎ にんじん えだ豆 トマトピューレ きゅうり とうもろこし	コッペパン サラダ油 さとう ハヤシルウ デミグラスソース じゃがいも ドレッシング ノンエッグマヨネーズ	小 713 中 880	くだもの
22 金	とり肉のあまだれごはん 牛乳 みそ汁	牛乳 とり肉 厚あげ みそ わかめ	しょうが たまねぎ ほうれん草 とうもろこし にんじん ごぼう だいこん ねぎ	米 麦 さとう でんぶん	小 633 中 757	いも類

※給食物資の供給等の理由で予告なく献立が変更になることがありますので、ご了承ください。

赤磐市でとれた「米・ねぎ・キャベツ」を使う予定です。

赤磐市の学校給食センターでは、赤磐市産の食材を3品以上使用した日について【あかいわの日】としています。

