

3 月 給 食 献 立 表

	2日 (水)	3日 (木)	4日 (金)	7日 (月)	8日 (火)
献立名	肉と野菜の煮物 海藻サラダ パイナップル缶	ちらしずし 菜の花のすまし汁 アジフライ ミニゼリー	ミートソーススパゲティ 野菜スープ 乳酸飲料	白菜の生姜入り味噌汁 ひじき煮 クラッカー (りんごジャム入り)	ビビンバ 味噌汁 バナナ
備考	は し 携 行	は し 携 行	は し 携 行 スプーン携行	は し 携 行	は し 携 行
商 品 名	精白米 ☆ 鶏肉・ひじき ☆ 豚肉 ☆ ちくわ ☆ じゃがいも ☆ たまねぎ ☆ にんじん ☆ さやいんげん ☆ しょうゆ・みりん ☆ 砂糖 ☆ 油 ☆ 削り節 (だし) ☆ 海藻ミックス ☆ ブロccoliリー ☆ 鶏肉 ☆ ごま ☆ 砂糖・酢・しょうゆ ☆ パイナップル缶	★ 精白米 ☆ 鶏肉・ひじき ☆ 高野豆腐・油揚げ ☆ にんじん・干しいたけ ☆ しょうゆ・さとう・酢 ☆ ごま・絹さや ☆ 鶏卵 ☆ アジフライ ☆ アジ・小麦粉・パン粉 ☆ 片栗粉・塩 ☆ 乳化剤・揚げ油 ☆ アレルギー品目 【小麦】 ☆ ウスターソース ☆ トマト・レタス ☆ 菜の花・わかめ ☆ 豆腐 ☆ 削り節・昆布 (だし) ☆ ミニゼリー	☆ スパゲティ ☆ 合挽きミンチ ☆ たまねぎ ☆ にんじん ☆ ピーマン ☆ トマト缶 ☆ しょうが・にんにく ☆ ケチャップ・砂糖 ☆ ウスターソース・塩 ☆ オリーブオイル ☆ きゃべつ ☆ ウインナー ☆ たまねぎ ☆ にんじん ☆ コーン ☆ しょうゆ・塩 ☆ 削り節 (だし) ☆ 乳酸飲料	★ 精白米 ☆ 豚肉 ☆ はくさい・しめじ ☆ たまねぎ・にんじん ☆ 油揚げ ☆ 生姜・ねぎ ☆ 味噌 ☆ 削り節し (だし) ☆ 煮干し (だし) ☆ ひじき ☆ 鶏肉 ☆ 油揚げ ☆ にんじん ☆ 大豆水煮 ☆ 板こんにゃく ☆ 削り節し (だし) ☆ 砂糖・しょうゆ・みりん ☆ ルヴァン (赤箱) ☆ りんごジャム	☆ 精白米 ☆ 牛肉 ☆ ぜんまい ☆ にんにく・しょうが ☆ にんじん ☆ もやし ☆ ほうれんそう ☆ しょうゆ・砂糖 ☆ ごま油・酢 ☆ ごま ☆ 厚揚げ ☆ にんじん ☆ たまねぎ ☆ だいこん ☆ 葉ねぎ ☆ みそ ☆ 削り節・煮干し (だし) ☆ バナナ
	カロリー 481 kcal 蛋白質 14.5 g	カロリー 485 kcal 蛋白質 16.0 g	カロリー 475 kcal 蛋白質 14.5 g	カロリー 476 kcal 蛋白質 14.8 g	カロリー 478 kcal 蛋白質 15.2 g

☆印は赤色の食品 [血や肉のもととなる] ★印は黄色の食品 [熱や力のもととなる] ◇印は緑色の食品 [体の調子をととのえる]

3 月 給 食 献 立 表

	9日(水)	10日(木)	11日(金)	14日(月)
献立名	かき玉汁 切干大根の煮物 動物ヨーチ	カレーライス フルーツポンチ	お誕生献立 赤飯 すまし汁 コロッケ(ミート) 野菜ジュースケーキ	進級・進学お祝い献立 ビーフシチュー えびフライ スパゲティサラダ いちご
備考	はし携行	はし携行 スプーン携行	はし携行	はし携行 スプーン携行
商	精白米 コーン ほうれん草 卵 にんじん たまねぎ 塩・しょうゆ 片栗粉 削り節・こんぶ(だし)	★精白米 鶏肉 ◇じゃがいも ◇にんじん ☆たまねぎ ◇グリンピース ◇カレールー にんにく パイ みかん ◇もも ☆りんご ☆バナナ ◇レモン カルピス(白)	★精白米・もち米 ☆小豆 ★ ◇ほうれん草 ◇えのき茸・ねぎ ◇豆腐 しょうゆ・塩 削り節・昆布(だし) ◇コロッケ(ミート) ◇じゃがいも ◇たまねぎ ◇小麦粉・パン粉 ◇バターミックス(卵なし) ◇砂糖・塩・揚げ油 ★アレルギー品目 【小麦・乳・大豆】 ◇トマト・レタス ◇ホットケーキミックス ◇野菜ジュース (KAGOME野菜生活)	★精白米 牛肉 ◇じゃがいも ◇たまねぎ・にんじん ☆グリンピース・にんにく ◇ビーフシチューのルー ウスターソース えびフライ ★えび・パン粉・小麦粉 ◇片栗粉・塩・砂糖 卵白卵黄粉・脱脂粉乳・揚げ油 ◇アレルギー品目 【えび・小麦・卵・乳】 ◇レタス・トマト ◇マカロニ ◇にんじん・コーン ★ハム ☆マヨネーズ ◇いちご
品名	精白米 コーン ほうれん草 卵 にんじん たまねぎ 塩・しょうゆ 片栗粉 削り節・こんぶ(だし) 切干大根 鶏肉 油揚げ にんじん 干しいたけ さやいんげん しょうゆ・砂糖・みりん 削り節(だし用) 動物ヨーチ	精白米 鶏肉 じゃがいも にんじん たまねぎ グリンピース カレールー にんにく パイ みかん もも りんご バナナ レモン カルピス(白)	精白米・もち米 小豆 ほうれん草 えのき茸・ねぎ 豆腐 しょうゆ・塩 削り節・昆布(だし) コロッケ(ミート) じゃがいも たまねぎ 小麦粉・パン粉 バターミックス(卵なし) 砂糖・塩・揚げ油 アレルギー品目 【小麦・乳・大豆】 トマト・レタス ホットケーキミックス 野菜ジュース (KAGOME野菜生活)	精白米 牛肉 じゃがいも たまねぎ・にんじん グリンピース・にんにく ビーフシチューのルー ウスターソース えびフライ えび・パン粉・小麦粉 片栗粉・塩・砂糖 卵白卵黄粉・脱脂粉乳・揚げ油 アレルギー品目 【えび・小麦・卵・乳】 レタス・トマト マカロニ にんじん・コーン ハム マヨネーズ いちご
	カロリー 470 kcal 蛋白質 15.0 g	カロリー 478 kcal 蛋白質 14.5 g	カロリー 485 kcal 蛋白質 15.0 g	カロリー 488 kcal 蛋白質 15.8 g

☆印は赤色の食品〔血や肉のもととなる〕 ★印は黄色の食品〔熱や力のもととなる〕 ◇印は緑色の食品〔体の調子をととのえる〕