



日曜	配膳図	献立名	材料の種類と体内ではたらく			エネルギー	カルシウム
			あかの食品	みどりの食品	きの食品		
日曜	配膳図	献立名	血や肉や骨になる	体の調子を整え病気を防ぐ	はたらく力や体温となる	小学校(3・4年)	中学校(3・4年)
2月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	619	331
		豚肉の生姜炒め	豚肉	にんにく しょうが たまねぎ にんじん	油 砂糖		
		レモンあえ		キャベツ きゅうり レモン果汁	砂糖		
3月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	624	300
		サワラのかば焼き	サワラ		でん粉 油 砂糖		
		菜の花あえ	カツオ節	菜の花 白菜 とうもろこし			
4月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	625	271
		トンカツ	豚肉		水あめ パン粉 でん粉 油		
		親子汁	鶏肉 卵	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ	砂糖		
5月		白ご飯 牛乳	牛乳 脱脂粉乳		パン 砂糖 油	604	460
		豆腐のミートグラタン	豆腐 豚肉 チーズ	たまねぎ にんじん トマト	油		
		わかめサラダ	わかめ カツオ節	とうもろこし キャベツ しいたけ ゆず果汁 すだち果汁	砂糖		
6月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	656	352
		じゃこカツ	魚肉 卵 粉乳 大豆粉	たまねぎ にんじん とうもろこし	砂糖 パン粉 小麦粉 油 でん粉		
		サバ酢漬	サバ わかめ	きゅうり もやし	砂糖		
7月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	618	324
		ピビンバ	牛肉 豚肉	しいたけ にんにく	油 砂糖		
		中華スープ	豆腐 卵 鶏肉	とうもろこし たまねぎ にんじん ねぎ	ごま油		
8月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	627	320
		かき揚げ	ハム 卵 乳	たまねぎ にんじん	さつまいも 油 小麦粉 でん粉		
		おおかあえ	カツオ節	白菜 大根 もやし			
9月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	660	479
		小イワシの南蛮漬	イワシ		油 でん粉 砂糖		
		おひたし		キャベツ 小松菜 にんじん			
10月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	627	320
		かき揚げ	ハム 卵 乳	たまねぎ にんじん	さつまいも 油 小麦粉 でん粉		
		おおかあえ	カツオ節	白菜 大根 もやし			
11月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	660	479
		小イワシの南蛮漬	イワシ		油 でん粉 砂糖		
		おひたし		キャベツ 小松菜 にんじん			

長浜小	パンリクエスト献立	コッペパン 牛乳	牛乳 脱脂粉乳	パン 砂糖 油	エネルギー	カルシウム	
12月		ハンバーグ	鶏肉 豚肉 牛肉 ゼラチン	たまねぎ トマト にんにく しょうが	でん粉 砂糖 小麦粉 油 じゃがいも ココア	621	428
		イタリアンサラダ	キャベツ にんじん	ブロッコリー たまねぎ にんにく	ピーマン 砂糖 油	899	532
		コーンスープ	鶏肉 ホタテエキス 牛乳 チーズ 粉乳	にんじん たまねぎ とうもろこし	じゃがいも 油 でん粉 小麦粉 砂糖		
13月		ナン 牛乳	牛乳		小麦粉 砂糖 油	623	299
		エビフライ	エビ 卵 大豆粉		パン粉 小麦粉 砂糖 でん粉 油		
		海藻サラダ	わかめ とさかのり 昆布 カツオ	キャベツ きゅうり 梅 しいたけ しそ リンゴ果汁 レモン果汁	砂糖		
16月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	620	313
		かぼちゃひき肉フライ	豚肉	かぼちゃ たまねぎ	砂糖 でん粉 パン粉 小麦粉 油		
		みそ ほたてエキス	にんじん キャベツ 枝豆 にんにく たまねぎ しょうが レモン果汁	砂糖 油 ごま			
17月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	612	311
		五目厚焼き玉子	卵	とうもろこし グリンピース にんじん たけのこ しいたけ	砂糖 でん粉 油		
		切干大根サラダ		切干大根 キャベツ きゅうり	砂糖		
18月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	639	329
		鶏肉とごぼうの甘辛煮	鶏肉	ごぼう	でん粉 砂糖 油		
		豆腐汁	豆腐 かまぼこ 卵	ほうれん草 白菜 にんじん えのきたけ にんじん ねぎ	砂糖 ごま		
19月		白ご飯 牛乳	牛乳 脱脂粉乳		パン 砂糖 油	609	334
		豆乳コーンコロッケ	豆乳 ゼラチン 大豆粉 鶏肉	とうもろこし	油 小麦粉 砂糖 パン粉 水あめ でん粉		
		花野菜サラダ	寒天 カリフラワー ブロッコリー キャベツ いよかん	砂糖 ハチミツ 油			
23月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	748	313
		ヤンニョムチキン	鶏肉	にんにく	でん粉 油 砂糖 ごま油		
		春雨スープ	豚肉	キャベツ きゅうり にんじん 赤しそ もやし にんじん ねぎ	春雨		
24月		白ご飯 牛乳	牛乳		米	669	350
		塩麴から揚げ	鶏肉	にんにく しょうが	でん粉 油 ごま油		
		ピーズサラダ	大豆 ひよこ豆	キャベツ たまねぎ	砂糖 油		

お祝デザートのご提供日

3/12(木) 大洲こども園、久米幼、平野幼、河辺幼小 北中、南中、新谷中、東中、長浜中、肱川	3/13(金) 東大洲こども園、 平野中、肱東中	3/23(月) 河辺小以外 の	【焼プリンタルト】 原材料:小麦粉 マーガリン 砂糖 卵 乳
---	--------------------------------	-----------------------	--------------------------------------

* 材料の都合により、献立、材料を変更する場合がありますが、ご了承ください。