



# 3月 கொண்டை 予定表



※都合により献立を変更させていただくことがありますので、ご了承ください。 鳥羽市学校給食 答志共同調理場

日	曜日	献立名	赤の食品(1・2群) おもに体をつくる	緑の食品(3・4群) おもに体の調子を整える	黄の食品(5・6群) おもにエネルギーになる	調味料・その他
2	月	むぎごはん			こめ むぎ	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		みそおでん	ぶたにく あつあげ ちくわ	しょうが にんじん だいこん こんにやく	さといも さとう	かつおけずりぶし さけ しょうゆ みりん
		わふうサラダ	ハム	キャベツ きゅうり にんじん	ごまあぶら さとう	す しょうゆ
3	火	ちらしずし	まぐろあぶらづけ	にんじん えだまめ	こめ さとう	しお しょうゆ さけ
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		まつかぜやき	とりにく たまご みそ	しろねぎ	パンこ さとう ごま	
		さわにわん	ぶたにく あげ	にんじん ごぼう だいこん しいたけ しろねぎ		しょうゆ さけ こしょう
		いちご		いちご		
		てまきのり	のり			
4	水	コッペパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		コッペパン	
		マカロニのミートソース	ぶたにく とりにく	にんじん たまねぎ	マカロニ	コンソメ ワイン ケチャップ しお こしょう コンソメ
		ポトフ	ウインナー	にんじん たまねぎ だいこん	じゃがいも	コンソメ しお こしょう しょうゆ
5	木	ゆかりごはん		あかじそ	こめ むぎ	
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		とりにくのからあげ	とりにく	にんにく しょうが	あぶら こめこ	しょうゆ さけ
		ワンタンスープ	ぶたにく	にんじん もやし はくさい	ワンタンのかわ	とりがらスープのもと しお しょうゆ こしょう さけ
		中学校 そつぎょうおいおいデザート			デザート	
6	金	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		こうやどうふのたまごとし	とりにく こうやどうふ たまご	にんじん たまねぎ さやいんげん しめじ	かたくりこ さとう	かつおけずりぶし さけ しょうゆ みりん しお
		ごぼうとにんじんのサラダ	まぐろあぶらづけ	にんじん きゅうり ごぼう	ごまドレッシング ごま さとう	しょうゆ みりん
9	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		つくねのてりやきソースがけ	とりにく たまご	にんじん れんこん たまねぎ	パンこ さとう かたくりこ	しお しょうゆ さけ みりん
		みそしる	とうふ みそ わかめ	きりぼしだいこん はくさい にんじん しろねぎ		にぼし
10	火	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		ちくわフライ	ちくわ たまご		あぶら こむぎこ パンこ	しお
		にくじゃが	ぶたにく	にんじん たまねぎ こんにやく さやいんげん	じゃがいも さとう	しょうゆ みりん さけ しお
		てまきのり	のり			
11	水	ツナサンド	まぐろあぶらづけ	きゅうり キャベツ	マヨネーズ	しお こしょう
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		ポークビーンズ	ぶたにく だいず	にんじん しめじ たまねぎ	さとう かたくりこ	コンソメ ケチャップ ソース しお
12	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		あつあげのカレーに	ぶたにく あつあげ	にんじん たまねぎ しろねぎ	カレールウ かたくりこ	カレーこ しょうゆ さけ とりがらスープのもと
		はるさめスープ	たまご わかめ	たまねぎ にんじん えのきたけ キャベツ	はるさめ かたくりこ	とりがらスープのもと しお しょうゆ こしょう さけ
13	金	ごはん(すくなめ) ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	
		わかめうどん	とりにく わかめ	にんじん はくさい しろねぎ	うどん	かつおけずりぶし しお しょうゆ みりん
		かきあげ	たまご えび	にんじん ごぼう こまつな たまねぎ	こむぎこ あぶら かたくりこ	しお
16	月	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		ぶたにくのチャブチェ	ぶたにく	にんにく にんじん たまねぎ ピーマン	はるさめ ごまあぶら さとう ごま	しょうゆ さけ こしょう しお
		クッパ	たまご わかめ	キャベツ にんじん だいこん にんにく しろねぎ	ごまあぶら かたくりこ	とりがらスープのもと しお しょうゆ こしょう さけ

中学校  
小学校6  
年  
給食なし



17	火	チキンライス	とりにく	たまねぎ ピーマン	こめ バター	ケチャップ コンソメ しお
		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
		かみかみサラダ	だいず さきいか だいず	キャベツ きゅうり にんじん	ごまドレッシング	
		たまごとコーンのスープ	たまご	コーン にんじん ほうれんそう	かたくりこ	とりがらスープのもと しお しょうゆ こしょう
		小学校 そつぎょうおいわいデザート			デザート	
18	水	コッペパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		コッペパン	
		マカロニのクリームに	とりにく ぎゅうにゅう チーズ	にんじん たまねぎ パセリ	マカロニ バター こむぎこ	コンソメ しお こしょう
		キャベツとベーコンのサラダ	ベーコン	キャベツ ほうれんそう コーン	マヨネーズ	しょうゆ こしょう ワイン
19	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		かつおとだいずのびりからあえ	かつお だいず	しょうが	かたくりこ あぶら さとう ごま	しょうゆ さけ トウバンジャン す みりん
		どさんこじる	ぶたにく みそ	にんじん もやし コーン しろねぎ	じゃがいも バター	かつおけずりぶし
23	木	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		ポークカレー	ぶたにく	にんじん たまねぎ りんごピューレ	じゃがいも カレールウ	カレーこ コンソメ ソース ワイン
		きりぼしだいこんのサラダ	まぐろあぶらづけ	きりぼしだいこん きゅうり	マヨネーズ	しお こしょう
24	金	むぎごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ むぎ	
		マーボー豆腐	ぶたにく とうふ みそ	しょうが にんじん たまねぎ しろねぎ	ごまあぶら かたくりこ さとう	とりがらスープのもと さけ トウバンジャン
		パンサンスー	ハム	キャベツ きゅうり にんじん レモンかじゅう	ごまあぶら はるさめ さとう	す しょうゆ