



こんだて表

とばし ちゅうおうきょうどうちょうりじょう
鳥羽市 中央共同調理場

日 曜	献立名	三重県産 食材	あか しょくひん ぐん 赤の食品 (1・2群) おもに体をつくる	みどり しょくひん ぐん 緑の食品 (3・4群) おもに体の調子を整える	き しょくひん ぐん 黄の食品 (5・6群) おもにエネルギーになる	調味料・その他	
中学校3年生の全クラスが書いていたきなこあげパン。学期に1回の給食人気メニューです。							
1	水	きなこ揚げパン コーヒー牛乳 卵とコーンのスープ ツナサラダ	たまご	コーヒーぎゅうにゅう ベーコン たまご とうふ きなこ ツナ	にんじん たまねぎ コーン こまつな キャベツ きゅうり	コッペパン あぶら さとう グラニューとう かたくりこ ごまドレッシング	しお しょうゆ こしょう とりがらだし
旬の魚を使います。魚は何が出るか楽しみにしててください。白身魚を予定しています。							
2	木	麦ご飯 牛乳 鳥羽魚の青のりフライ ゆで野菜 ソース 大根のみそ汁	とばさかな あおねぎ たまご	ぎゅうにゅう とばさかな たまご あおのり とうふ みそ あぶらあげ	キャベツ にんじん だいこん はくさい あおねぎ	むぎごはん こむぎこ パンこ あぶら	さけ しお こしょう あつけずり ソース
給食のカレーは人気メニューです。フルーツ白玉はひな祭りをイメージして作ります。							
3	金	麦ご飯 牛乳 ポークカレー 福神漬け フルーツ白玉	みかん バター	ぎゅうにゅう ぶたにく	たまねぎ にんじん セロリ もも バイン みかん パナナ リンゴピューレー トマトピューレー にんにく しょうが ふくじんづけ	むぎごはん じゃがいも こむぎこ バター しらたまだんご カクテルゼリー	あかワイン カレーこ ケチャップ コンソメ ソース しょうゆ スパイス しお こしょう ローリエ
中学校3年生最後の給食は一番多かったリクエスト給食です。たくさんのリクエストありがとうございました(#^_^#)							
6	月	麦ご飯 牛乳 からあげ ゆで野菜 ほうれん草としめじのすまし汁 卒業デザート (中学校のみ)	あおねぎ	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ とうふ	キャベツ にんじん コーン しめじ たまねぎ あおねぎ にんにく しょうが そつぎょうデザート	むぎごはん かたくりこ こむぎこ あぶら わふうドレッシング	しょうゆ しお こしょう さけ あつけずり だしこんぶ
中学校卒業式です。卒業おめでとうございます。(^-)-☆							
7	火	麦ご飯 牛乳 豚肉のすき焼き風煮 かきたま汁	たまご	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご なると	にんじん たまねぎ はくさい しろねぎ しらたき あおねぎ しいたけ ごぼう えのき	むぎごはん ふ かたくりこ あぶら さとう	こんぶだし あつけずり みりん さけ しょうゆ しお
8	水	バターロールパン アシドミルク パンネのミートソース キャベツスープ		アシドミルク とりひにく こなチーズ ベーコン	たまねぎ にんじん セロリ トマト キャベツ コーン にんにく	バターロールパン ペンネ オリーブオイル さとう あぶら	あかワイン しお こしょう ケチャップ コンソメ ソース エスパニョールソース しょうゆ とりがらだし
9	木	麦ご飯 牛乳 ホイコーロー 鳥羽わかめスープ 鳥羽のり	あおねぎ わかめ とばのり	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ ベーコン みそ とばのり わかめ	にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン あおねぎ にんにく しょうが	むぎごはん ごま ごまあぶら あぶら	オイスターソース テンメンジャン トウバンジャン しょうゆ しお さけ とりがらだし
10	金	麦ご飯 牛乳 さばのみそ煮 大根のそぼろ煮	あおねぎ	ぎゅうにゅう さば とりひにく さつまあげ みそ	だいこん にんじん えだまめ しょうが	むぎごはん さとう かたくりこ	さけ みりん しょうゆ あつけずり
13	月	麦ご飯 牛乳 高野豆腐の卵とじ ほうれん草ののり酢和え	たまご	ぎゅうにゅう とりにく たまご ツナ こうやとうふ きざみのり	にんじん たまねぎ ほうれんそう はくさい さやいんげん	むぎごはん さとう ごま	さけ しょうゆ しお あつけずり す
14	火	麦ご飯 牛乳 マーボー豆腐 ハンサンスー 卒業デザート (小学校・幼稚園のみ)		ぎゅうにゅう とりにく とうふ ハム きんしたまご みそ そつぎょうデザート	にんじん たまねぎ しろねぎ キャベツ きゅうり にんにく しょうが	むぎごはん はるさめ あぶら さとう ごま ごまあぶら	しょうゆ しお こしょう さけ トウバンジャン テンメンジャン ちゅうかだし レモンかじゅう す
小学校卒業式です。6年生のみなさん卒業おめでとうございます！							
15	水	米粉パン 牛乳 カレーうどん 肉シュウマイ オレンジ1/6	あおねぎ	ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ	たまねぎ にんじん あおねぎ オレンジ にんにく にくしゅうまい	こめこパン あぶら	しお しょうゆ さけ あつけずり カレーこ
16	木	ひじきそぼろ丼 牛乳 鶏ごぼう汁	あおねぎ たまご	ぎゅうにゅう とりにく ひじき きんしたまご とうふ さつまあげ	にんじん しろねぎ えだまめ ごぼう だいこん つきこんにやく あおねぎ しょうが	むぎごはん さとう あぶら	しょうゆ さけ しお みりん あつけずり だしこんぶ
17	金	麦ご飯 牛乳 鮭の塩焼き 手作りつくね汁 (めかぶ入り)	あおねぎ めかぶ たまご	ぎゅうにゅう さけ とりにく めかぶ たまご	はくさい だいこん にんじん あおねぎ しょうが	むぎごはん ごま かたくりこ	しお さけ みりん あつけずり しょうゆ
20	月	麦ご飯 牛乳 ポークチャップ 春雨スープ	あおねぎ	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ ベーコン	にんじん たまねぎ ピーマン しいたけ あおねぎ	むぎごはん はるさめ あぶら さとう	ケチャップ しお こしょう コンソメ とりがらだし しょうゆ
21	火	春分の日です。					
22	水	黒糖パン 牛乳 鶏肉のトマト煮込み キャベツとチーズのサラダ		ぎゅうにゅう とりにく ツナ サラダチーズ こなチーズ	たまねぎ しめじ トマト キャベツ きゅうり にんにく	こくとうパン じゃがいも シーザードレッシング あぶら さとう	しお こしょう しょうゆ ケチャップ コンソメ ソース
23	木	麦ご飯 牛乳 ポークカレー 福神漬け ゆで野菜 ハンバーグ	バター	ぎゅうにゅう ぶたにく	たまねぎ にんじん セロリ キャベツ にんにく しょうが リンゴピューレー トマトピューレー	むぎごはん じゃがいも バター こむぎこ あぶら	あかワイン カレーこ ケチャップ コンソメ ソース しょうゆ スパイス しお こしょう ローリエ

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。

