

仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。
 中学部・高等部の栄養量を表示しています。小学部1～3年は約0.65割、小学部4～6年は約0.8割です。



献立名	3月3日(月)			3月4日(火)			3月6日(木)		
	献立名	使用材料	グラム(g)	献立名	使用材料	グラム(g)	献立名	使用材料	グラム(g)
 <p>卒業・進級をむかえるみなさん、おめでとうございます。</p> <p>卒業生のみなさんは、給食を通して出会った味を忘れずに、給食で学んだ食べ物や食べ方についての知識や経験をこれからの生活に生かしてもらえると嬉しいです。</p> <p>1年間ありがとうございました♪</p> 	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206
	揚げ黒糖パン	黒糖パン	1個	鮭ちらしずし	金賞健康米	100	ミニごはん	金賞健康米	50
		なたね油	3		すし酢	17	どんこしょうゆラーメン	ラーメン	130
		きな粉	3		ごま(いり)			ごま油	30
		グラニュー糖	9		銀鮭	40		豚モモ(脂身付き)	30
	れんごんのツナサラダ	れんごん	25		食塩			綿実油	
		だいごん	20		酒	1		にんにく	
		にんじん	10		干し椎茸	1		しょうが	
		とうもろこし(冷凍)	5		高野豆腐	5		にんじん	15
		まぐろ缶詰	10		さんどまめ	9		玉葱	20
		米酢	2		にんじん	15		はくさい	30
		綿実油			酒			もやし	20
		食塩			こいくちしょうゆ	3		干し椎茸	
		白こしょう			上白糖	3		葉ねぎ	7
		上白糖	2		りしりこんぶ			豚骨醤油ラーメンスープ	28
		こいくちしょうゆ	1		削り節			水	163
	ミネストローネ	ショルダーベーコン	8		水	19	ボン酢野菜炒め	絹厚揚げ	19
		にんじん	20	菜の花のおひたし	きざみのり	1袋		キャベツ	40
		玉葱	30		菜の花	25		にんじん	15
		キャベツ	30		キャベツ	30		青ピーマン	15
		大豆(ゆで)	19		にんじん	10		綿実油	
		にんにく			こいくちしょうゆ	2		食塩	
		パセリ			本みりん	2		白こしょう	
		オリーブ油		花麩のすまし汁	削り節・昆布だし	3		ゆず果汁	3
		トマト缶詰	23		絹ごし豆腐	30		こいくちしょうゆ	3
	上白糖			花麩	3		上白糖	2	
	食塩			玉葱	20	みかんゼリー	みかんゼリー	1個	
	白こしょう			はくさい	20				
	ローレル			えのきたけ	8				
	コンソメ	2		根みつば	3				
	がらスープ	3		りしりこんぶ					
	水	165		削り節	2				
卒業お祝いクレープ	お祝いクレープ	1個		食塩					
				うすくちしょうゆ	2				
				水	170				
エネルギー	790	kcal	エネルギー	703	kcal	エネルギー	702	kcal	
たんぱく質	27	g	たんぱく質	31	g	たんぱく質	31	g	
脂質	28	g	脂質	17	g	脂質	18	g	

3月10日(月)			3月12日(水)			3月13日(木)			3月14日(金)		
献立名	使用材料	グラム(g)	献立名	使用材料	グラム(g)	献立名	使用材料	グラム(g)	献立名	使用材料	グラム(g)
牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206
ごはん	金賞健康米	100	ごはん	金賞健康米	100	コッペパン	コッペパン	1個	ガバオライス	金賞健康米	100
鶏肉の治部煮	鶏若鶏肉モモ(皮付き)	60	鱈の蒲焼き	まあじ	80	ホットドッグフランクフルト	フランクフルト	60	鶏若鶏肉ひき肉	60	
	かたくり粉	1		こいくちしょうゆ	1		トマトケチャップ(個装)	1袋	玉葱	40	
	板こんにゃく	15		酒	1	キャベツのソテー	キャベツ	50	青ピーマン	10	
	はくさい	30		本みりん			青ピーマン	10	赤ピーマン	10	
	玉葱	30		綿実油			赤ピーマン	10	だけのこ(水煮)	12	
	だいごん	30		こいくちしょうゆ	3		コンソメ		にんにく		
	にんじん	15		酒	2		食塩		綿実油	1	
	干し椎茸			上白糖	1		白こしょう		中華だし	1	
	さんどまめ	8		本みりん	2		綿実油		上白糖	3	
	すき麩	2		水		豆乳コーンポタージュ	ショルダーベーコン	10	こいくちしょうゆ	3	
	上白糖	2		かたくり粉			玉葱	50	オイスターソース	2	
	本みりん			ごま(いり)			マッシュルーム(缶詰)	13	酒	4	
	こいくちしょうゆ	3	チンゲン菜ともやしのゆず香和え	チンゲン菜	30		にんじん	20	きくらげの中華サラダ	1	
	うすくちしょうゆ	2		もやし	40		とうもろこし(冷凍)	12	ローズハム	8	
	食塩			上白糖	1		とうもろこし缶詰	39	もやし	35	
	削り節・昆布だし	26		食塩			パセリ		きゅうり	10	
こまつなのしらす和え	こまつな	40	なめこの赤だし	絹ごし豆腐	20		オリーブ油		ごま(すり・いり)		
	もやし	20		だいごん	30		水	45	中華だし		
	しらす干し	8		玉葱	20		コンソメ	1	うすくちしょうゆ	2	
	ごま(いり)			なめこ	15		白こしょう		上白糖	1	
	塩昆布	1		根みつば	3		白ワイン	2	米酢	1	
	ごま油			赤みそ	5		調整豆乳	55	米酢	1	
	こいくちしょうゆ	1		赤だし味噌	5		アレルギーフリーシチュウフレーク	4	ごま油		
ツナ大豆そぼろ	まぐろ缶詰	20		りしりこんぶ			濃久里夢	12	やさいスープ	10	
	大豆(ゆで)	19		削り節	3				ショルダーベーコン	10	
	しょうが			水	170				だいごん	20	
	綿実油								にんじん	15	
	酒								玉葱	30	
	上白糖								キャベツ	20	
	うすくちしょうゆ	1							がらスープ	3	
	こいくちしょうゆ	1							食塩・白こしょう		
	水	1							うすくちしょうゆ		
									ごま油		
									水	170	
エネルギー	755	kcal	エネルギー	655	kcal	エネルギー	813	kcal	エネルギー	712	kcal
たんぱく質	35	g	たんぱく質	36	g	たんぱく質	31	g	たんぱく質	31	g
脂質	25	g	脂質	14	g	脂質	34	g	脂質	21	g

※使用量は、小数点以下を切り捨てて表示しています。

仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。
 中学部・高等部の栄養量を表しています。小学部1～3年は約0.65割、小学部4～6年は約0.8割です。

3月17日(月)			3月18日(火)			3月19日(水)			3月21日(金)		
献立名	使用材料	グラム(g)	献立名	使用材料	グラム(g)	献立名	使用材料	グラム(g)	献立名	使用材料	グラム(g)
のむヨーグルト	のむヨーグルト	180	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206
黒糖パン	黒糖パン	1個	ごはん	金賞健康米	100	ごはん	金賞健康米	100	キムチチャーハン	金賞健康米	85
ポークチャップ	豚モモ(脂身付き)	70	酢豚	豚肩ロース(脂身付き)	50	鶏のねぎ味噌焼き	さわら	80	中華だし	中華だし	
	玉葱	60		こいくちしょうゆ	2		葉ねぎ	5	ごま油	ごま油	
	マッシュルーム(缶詰)	13		しょうが			しょうが		豚モモ(脂身付き)	25	
	エリンギ	10		にんにく			酒	1	にんじん	15	
	グリーンピース(冷凍)	4		酒	2		赤みそ	4	玉葱	20	
	にんにく			かたくり粉	8		こいくちしょうゆ	1	はくさいキムチ	20	
	トマトケチャップ	12		綿実油	4		本みりん	1	葉ねぎ	5	
	トマトピューレ	4		玉葱	50		上白糖	2	しょうが		
	ウスターソース	1		青ピーマン	20	かわりきんぴら	豚モモ(脂身付き)	15	にんにく		
	コンソメ	1		たけのこ(水煮)	25		ごぼう	20	酒	2	
	上白糖	1		にんじん	20		にんじん	15	こいくちしょうゆ	4	
	綿実油			干し椎茸			青ピーマン	15	上白糖		
フライドポテト	フレンチフライポテト	63		綿実油			つきこんにゃく	20	コチジャン		
	なたね油	3		中華だし	2		こいくちしょうゆ	3	ごま油		
	食塩			上白糖	4		上白糖	2	蒸し焼売	3個	
レタススープ	レタス	30		こいくちしょうゆ	5		本みりん	1	安心素材肉焼売		
	にんじん	20		トマトケチャップ	8		酒	1	ピーマン入りスープ	16	
	玉葱	30		米酢	3		ごま(いり)		ロースハム	10	
	ぶなしめじ	10		水	40		ごま油		玉葱	30	
	とうもろこし(冷凍)	5	わかめスープ	カットわかめ		みぞれ汁	だいこんおろし	70	たけのこ(水煮)	10	
	綿実油			鶏若鶏肉モモ(皮なし)	10		にんじん	10	干し椎茸	1	
	コンソメ	2		はくさい	30		絹ごし豆腐	20	チンゲン菜	20	
	食塩			えのきだけ	10		ぶなしめじ	15	がらスープ	4	
	白こしょう			玉葱	25		根みつば	3	食塩		
	がらスープ	4		しょうが			しょうが		白こしょう		
	水	170		ごま油			うすくちしょうゆ	4	うすくちしょうゆ	2	
				うすくちしょうゆ	1		本みりん	3	ごま油		
				食塩			食塩		水	161	
				中華だし	2		りしりこんぶ		野菜ゼリー	1個	
				鳥がらだし	4		削り節	3			
				水	170		かたくり粉	1			
				みかん缶	50		水	170			
				みかん(缶詰)							
エネルギー	748 kcal		エネルギー	796 kcal		エネルギー	740 kcal		エネルギー	732 kcal	
たんぱく質	34 g		たんぱく質	27 g		たんぱく質	38 g		たんぱく質	28 g	
脂質	18 g		脂質	24 g		脂質	20 g		脂質	19 g	

加工食品の原材料について	卒業お祝い給食
3/3(月) 卒業お祝いクレープ	<p>今年度の給食も残りわずかとなりました。 特に卒業生は学校生活も給食も、残すところあと数日となり、とても寂しく思います。新たな門出に立つみなさんへ、ささやかではありますが、お祝い給食を準備しました♪</p> <p>各学部の卒業生にお祝い給食のリクエスト募集をし、上位の献立を組み合わせ、3/3に高等部お祝い給食、3/6に小・中学部お祝い給食が出ます！</p> <p>高等部リクエスト：揚げパン 小・中学部リクエスト：とんこつしょうゆラーメン</p> 
<p>〈原材料〉 豆乳、加工油脂、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、麦芽糖、砂糖、いちごピューレー、植物油、米粉、水あめ、いちご果汁、大豆粉、小麦不使用しょうゆ、レモン果汁、水、加工でんぷん、トレハロース、増粘剤、乳化剤、ゲル化剤、炭酸Ca、香料、安定剤、ビタミンC、クチナシ赤色素、メタリン酸Na、カラメル色素、酸味料、紅花色素、ピロリン酸、ベーキングパウダー、カロチノイド</p> <p>〈表示対象アレルギー〉 大豆</p>	
3/17(月) フレンチフライポテト	ひなまつり献立
<p>〈原材料〉 じゃがいも、揚げ油(パーム油)</p> <p>〈表示対象アレルギー〉 なし</p>	<p>3月3日はひなまつりです。 給食でも、3月4日にひなまつり献立が出来ます。 ひなまつりは、別名「桃の節句」といい、七草の節句、端午の節句などの五節句のうちのひとつです。 節句とは、季節の変わり目に無病息災・豊作・子孫繁栄などを願って、お供えものをしたり邪気払いを行ったりする行事のことをいいます。 「桃の節句」は、女の子の健康を願う行事で、ひなあられや菱餅などを食べます。 給食では、ちらし寿司と花麩のすまし汁でお祝いします♪</p> 
3/21(金) 安心素材肉焼売	
<p>〈原材料〉 鶏肉、豚肉、たまねぎ、パン粉、でん粉加工食品、砂糖、粉あめ、ソテーオニオン、豚脂、しょうがペースト、しょうゆ、みりん、香辛料、食塩、みそ、酵母エキスパウダー、皮(小麦粉、水あめ混合異性化液糖、大豆粉)、水、炭酸Ca、ピロリン酸鉄、乳化剤</p> <p>〈表示対象アレルギー〉 鶏肉、豚肉、小麦、大豆</p>	