

平成21年 3月の予定献立表

豊見城学校給食センター
電話番号 850-4585

食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をととのえる

学校給食の 栄養基準量	小学校	C=エネルギー 650 kcal	P=タンパク質 24.0 g	F=脂質 21.7 g
	中学校	830 kcal	32.0 g	27.7 g

材料、その他の都合により献立を変更することがあります。

こ ん だ て	2(月) レーズンクリーム (揚げ以外) 揚げパン (豊・とよ・長小・中3) ほうれん草 とうもろこし 牛乳	3(火) ひなあられ パイパイイリチ ちらし寿司 アーサ汁 牛乳	4(水) ※中3デザート そばろ ごはん 魚ソーメン汁 牛乳	5(木) ぜんざい ごはん 大根と厚揚げの炒め煮 牛乳	6(金) 豚カツ ソフール カレー 牛乳	
	あ か	牛乳、脱脂粉乳、とりにく	牛乳、あおさ、かまぼこ、とうふ、ベーコン ツナ	牛乳、豚肉、たまご、魚ソーめん	牛乳、あつあげ、たまご、とりにく、金時豆	牛乳、豚肉、まめ、脱脂粉乳、豚カツ ヨーグルト
	き	グラニュー糖、マーガリン、じゃがいも コッペパン、生クリーム	こめ、大豆油	こめ、加ラ付Fe、大豆油、三温糖、 かたくりこ	こめ、でんぷん、大豆油、三温糖 しらたまご、むぎ、くろざとう	こめ、むぎ、じゃがいも、マーガリン、大豆油 こむぎこ、生クリーム、異性化液糖
	みどり	たまねぎ、コーン、にんじん ほうれんそう、とうもろこし	ちらし寿司の素、パイパイ、にんじん、コ コ	にんじん、しょうが、いんげん、シイタ ねぎ、白菜	だいこん、チゲソウイ、きくらげ、にんじん しょうが	にんじん、たまねぎ、青豆
こ ん だ て	9(月) 野菜炒め たんかん ごはん かき玉汁 牛乳	10(火) 白菜のツナあえ ごはん さんまかばやき みそ汁 牛乳	11(水) ※中3デザート ※ご飯の上にチーズ・タコ タコライス ごはん わかめスープ 牛乳	12(木) ※中3特別献立 スティックフィッシュ コッペパン コーンスープ 茹で野菜 牛乳	13(金) いちご2コ ごはん 油みそ 豆腐チャンプル 牛乳	
	あ か	牛乳、とりにく、たまご、ベーコン、ツナ あつあげ	牛乳、豚肉、タコスミート、チーズ わかめ、とりにく	牛乳、脱脂粉乳、とりにく、ベーコン、 フィッシュポーション	牛乳、豚肉、ベーコン、ポークソーセージ ちきあげ、とうふ、ツナ、だいず、みそ	
	き	こめ、でんぷん、大豆油	こめ、三温糖、小麦粉、でんぷん、大豆油 ごま	こめ、でんぷん	こむぎこ、グラニュー糖、じゃがいも マーガリン、生クリーム	こめ、大豆油、三温糖
	みどり	パセリ、にんじん、もやし、タンカン、白 菜	えのきたけ、チゲソウイ、ねぎ、白菜 きゅうり、しょうが	にんじん、たまねぎ、ピーマン、にんにく えのき、ねぎ、大根	コーン、たまねぎ、にんじん、パセリ ブロッコリー、パプリカ	にんじん、キャベツ、もやし、からしな、い ちご
こ ん だ て	16(月) ふーイリチ ごはん 豚汁 牛乳	17(火) フルーツポンチ ごはん ハヤシライス 牛乳	18(水) ひじき炒め たんかん ごはん ゆし豆腐 牛乳	19(木) お祝いクレープ 煮込みうどん 大豆カレーフライ 牛乳		
	あ か	牛乳、豚肉、とうふ、みそ、たまご、ツナ ポークソーセージ	牛乳、ぶたにく、脱脂粉乳	牛乳、とりにく、ひじき、だいず ちきあげ、うすあげ、ゆし豆腐	牛乳、豚肉、ポークソーセージ、ぎゅうにく 鶏肉	
	き	こめ、湿麩、大豆油	こめ、加ラ付Fe、じゃがいも、マーガリン こむぎこ、大豆油、生クリーム、ゼリー	こめ、大豆油、三温糖	こむぎこ、三温糖、大豆油、砂糖	
	みどり	にんじん、キャベツ、ごぼう、ねぎ	にんじん、たまねぎ、コーン、パイン、みかん もも、あお豆	こんにやく、にんじん、ねぎ、いんげん わけぎ、タンカン	にんじん、たまねぎ、チゲソウイ、白菜、ねぎ セロリ	
こ ん だ て	23(月) ※全小欠食 いかリングフライ オムライス卵 チキンライス ケチャップ もずく中華スープ 牛乳					
	あ か	牛乳、鶏肉、ポークソーセージ、 もずく、オムライス卵				
	き	こめ、むぎ、大豆油、ごま油				
	みどり	にんじん、たまねぎ、コーン しょうが、大根、チンゲン菜、あお豆				

学校給食費は、期限内に納めましょう。