



# 3月 きゅうしょくこんだてひょう



2024.3 本渡学校給食センター

日付	主食	牛乳	おかず	主な材料						
				あか		きいろ		みどり		
				ちやくやほねになる		ねつやちからになる		からだのちょうしきととのえる		
<b>ひな祭りメニュー</b>				牛乳	豆腐	米	澱粉	なめこ	れんこん	たまねぎ
1	金	ちらしずし	なめこのみそしる はながたはんぱーぐ ひなまつりゼリー	油揚げ	鶏肉	さとう		だいこん	しいたけ	にんじん
				みそ				ねぎ	たけのこ	しめじ
					【にぼし】			えのきだけ		(ゆりーいゆこ、りんご)
4	月	ごはん	すきやきふうに やさしいたまごやき こんにゃくかんでんさらだ	牛乳	牛肉	米	麦	はくさい		たまねぎ
				焼き豆腐	卵	こんにゃく	マロニー	にんじん		ねぎ
				ハム	豚肉	さとう	サラたまドレッシング	しいたけ		しめじ
						小麦		しょうが		きゅうり
5	火	ごはん	まーぼーどうふ やきぎょうざ ちゅうがあえ	牛乳	豆腐	麦	米	にんにく		しょうが
				牛ひき肉	豚ひき肉	さとう	ごま油	にんじん		たまねぎ
				赤みそ	米みそ	澱粉	小麦粉	たけのこ		しいたけ
				鶏肉	卵			グリーンピース		キャベツ
6	水	かぼちゃばん	きゃべつすーぶ たいふらい ちーすさらだ おいわいけーき	牛乳	ベーコン	かぼちゃパン	じゃがいも	キャベツ		たまねぎ
				たい	チーズ	油	小麦粉	にんじん		えのきだけ
				鶏肉		ケーキ(乳・卵・小麦)		きくらげ		きゅうり
						ドレッシング: レモン・パイン果汁		パセリ		
7	木	ごはん	ごもくじる いわしうめに ほうれんそうのひじきあえ	牛乳	鶏肉	米	麦	にんじん		だいこん
				大豆	油揚げ	さといも	さとう	ごぼう		枝豆
				いわし	ひじき			しいたけ		ほうれん草
					【かつお節・昆布】			もやし		梅
8	金	チキンライス	こんそめすーぶ ささみすていっく まめまめさらだ	牛乳	ウインナー	米	オリーブオイル	にんじん		たまねぎ
				鶏肉	大豆	じゃがいも	さとう	ほうれん草		しめじ
						小麦粉		もやし		コーン
11	月	ココアパン	にくうどん うどんめん ささみのあえもの ぱりっしゅ	牛乳	牛肉	ココアパン	うどん麺	しょうが		にんにく
				豚肉	油揚げ	さとう	サラたまドレッシング	にんじん		小松菜
				かまぼこ	パリッパ (かたくちいわし)			しめじ		たまねぎ
					【かつお節・昆布】			きゅうり		キャベツ
12	火	ごはん	もすくすーぶ ぶりのふらい こまつなのあえもの	牛乳	鶏肉	米	麦	たまねぎ		にんじん
				もすく	豆腐	さとう	パン粉	ねぎ		えのきだけ
				ちくわ	ぶり	小麦粉		小松菜		キャベツ
				ベーコン	【かつお節・昆布】			コーン		
13	水	ばいんぼん	とうにゅうのくりーむしちゅー はんぱーぐきのこそーすがけ でこぼん	牛乳	鶏肉	パンパン	マカロニ	たまねぎ		にんじん
				豆乳	豚肉	じゃがいも	ポタージュ	ほうれん草		枝豆
						バター	さとう	コーン		しめじ
						シチュールウ	パン粉	えのきだけ		マッシュルーム
14	木	ごはん	はくさいのすーぶ だいずととうふのふらい れんこんとひじきのさらだ	牛乳	かまぼこ	米	麦	はくさい		たまねぎ
				豚肉	すりみ	和風ドレッシング	パン粉	にんじん		きくらげ
				ひじき	大豆			ねぎ		きゅうり
				豆腐	あおさ			れんこん		あおさ
15	金	わかめごはん	つみれしる わかどりのひかた だいこんのすのもの	牛乳	わかめ	米	麦	たまねぎ		にんじん
				つみれ	鶏肉	さといも	さとう	はくさい		ねぎ
				卵	チーズ	小麦粉		だいこん		きゅうり
					【かつお節・昆布】			千切だいこん漬		

### 3月の天草産の食材

米、ぶり、きくらげ、しいたけ、いりこ、でこぼん、大根、白菜、キャベツ、たい、じゃがいも、きゅうり



※献立は都合により変更することがあります。ご了承ください。