

3月 学校給食献立表

綾川中学校

日 曜 日	献立名			材料名					
	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの		体の調子を整えるもの		熱や力のもとになるもの	
3月	ばら寿司	○	れんこんの天ぷら 菜花和え すまし汁 ひなあられ	油揚げ 卵 豆腐 かまぼこ	牛乳 ちりめん のり わかめ	人参 菜花 ねぎ	しいたけ ごぼう 枝豆 れんこん キャベツ 玉ねぎ	米 砂糖 天ぷら粉 ひなあられ	ごま油
4火	小型 コッペパン	○	シーフードスパゲッティ ひじきサラダ ミックスナッツ	えび いか あさり	牛乳 ひじき チーズ	ほうれん草 人参	玉ねぎ しめじ キャベツ コーン	コッペパン スパゲティ 砂糖	油 カシューナッツ アーモンド
5水	ご飯	○	鶏肉のガーリック焼き 春雨サラダ みそ汁	鶏肉 ハム 豆腐 油揚げ みそ	牛乳 わかめ	人参 ねぎ	キャベツ きゅうり 大根	米 春雨 砂糖	ごま油
6木	コッペパン	○	オリーブサーモンの バジルパン粉焼き グリーンサラダ コンソメスープ	さけ ベーコン	牛乳 チーズ	アスパラガス 人参 パセリ バジル	キャベツ きゅうり 玉ねぎ	コッペパン パン粉 砂糖 じゃがいも	オリーブ油
7金	麦ごはん	○	ささみのレモンソースか け アスパラサラダ ABCマカロニスープ	鶏肉 ベーコン	牛乳	アスパラガス 人参	レモン キャベツ コーン セロリー 玉ねぎ	米 大麦 でん粉 砂糖 じゃがいも マカロニ	油
10月	赤飯	○	オリーブ真鯛の塩焼き アーモンド和え かきたま汁 お祝クレープ	小豆 真鯛 卵 豆腐	牛乳	小松菜 人参 ねぎ	キャベツ 玉ねぎ いちご	米もち米 砂糖 じゃがいも でん粉 クレープ	ごま アーモンド 油
11火	コッペパン	○	レタスのシチュー キャロットサラダ いちご	鶏肉 まぐろ	牛乳 脱脂粉乳	人参 パセリ	玉ねぎ レタス しめじ きゅうり いちご	コッペパン じゃがいも 小麦粉 砂糖	油 バター
12水	麦ごはん	○	ハモと金時にんじんの フライ ブロッコリーのごま和え みそ汁	豆腐 みそ はも	牛乳	ブロッコリー ねぎ 金時人参	キャベツ コーン 玉ねぎ しめじ	米 大麦 砂糖 パン粉 じゃがいも 小麦粉	油 ごま
13木	米粉パン	○	ほうれん草と ベーコンのキッシュ ツナコーンサラダ レタスのコンソメスープ	ベーコン 卵 まぐろ	牛乳 生クリーム チーズ わかめ	ほうれん草 人参	玉ねぎ にんにく キャベツ コーン レタス	米粉パン	オリーブ油 ドレッシング
14金	                卒 業 式								
17月	ご飯	○	鶏肉のごまだれかけ 酢みそ和え わかめ汁	鶏肉 みそ	牛乳 わかめ	アスパラガス 人参 ねぎ	キャベツ 玉ねぎ	米 砂糖 でん粉	ごま エッグフリーマ ネーズ
18火	かやくうどん	○	ちくわの磯辺揚げ たくあん和え りんごタルト	鶏肉 油揚げ ちくわ	牛乳 青のり	人参 ねぎ 小松菜	玉ねぎ 大根 しめじ もやし たくあん りんご	うどん 天ぷら粉 タルト	油 ごま
19水	わかめご飯	○	豚肉のしょうが焼き コールスローサラダ ふしめん汁	豚肉 油揚げ	牛乳 わかめ	人参 ねぎ	玉ねぎ しょうが キャベツ きゅうり コーン レモン えのきたけ	米 大麦 砂糖 でん粉 ふしめん	油 ドレッシング

日 曜 日	献立名		材料名					
	主食	牛乳	おかず	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの	熱や力のもとになるもの		
21金	カレーライス	○	海藻サラダ ヨーグルト	牛肉 豚レバー	牛乳 チーズ 海そう ヨーグルト	人参 アスパラガス 玉ねぎしめじ 枝豆 キャベツ コーン	米 大麦 じゃがいも 砂糖	油 ごま油
24月	修了式							

材料の都合によって、献立が変更する場合があります。

～ 今月の注目メニュー＆食材 ～

◇桃の節句の行事食(3日)…………… 3月3日は、ひな祭りです。女の子の健やかな成長と健康を願う日です。桃の花が咲く季節であることから「桃の節句」と呼ばれ、昔は桃の花を觀賞したり、桃の葉を入れたお風呂に入ったりして健康を願いました。行事食として、「ばらずし」と「ひなあられ」が登場します。



◇おいおい献立(10日)…………… 真鯛はピンク色の皮と白い身が紅白で縁起が良く、形も美しく、味も良く、「めでたい」の語呂合わせもできることなどから、お祝いには欠かせない魚になっています。卒業・進級のお祝い献立として、「オリーブ真鯛の塩焼き」、「赤飯」、「お祝いクレープ」が登場します。






綾川町の

学校給食は、**地産地消**を応援しています



今年度も、学校給食にたくさんの綾川町産の食材が登場しました！！



ブロッコリー



アスパラガス



いちご



しいたけ



たまご

ご協力いただいた農家のみなさま、ありがとうございました。