

3月のきゅうしょくこんだて予定表

平成27年度
(調理場)

日 曜日	献立名	おもに 血や肉・骨になるもの	おもに 体の調子を整えるもの	おもに 熱や力になるもの	その他	検査結果 (kg/Bq)セシ ウム134・ 137
1 (火)	ソフトめん、ぎゅうにゅう きつねうどんのしる グルメンチ だいこんサラダ	ぎゅうにゅう とりにく、なると、あぶらあげ ぶたにく、ぎゅうにく、たまご	ほうれんそう、ねぎ、だいこん キャベツ、にんじん ほししいたけ ピーマン、たまねぎ	ソフトめん こむぎこ、パンこ、あぶら オリーブオイル、さとう	しょうゆ、酒、塩、酢 かつおぶし、みりん コショウ、ナツメグ チンジャオロースの素	ND
2 (水)	☆ひなまつりこんだて☆ ごもくちらし、ぎゅうにゅう にくじゃが すましじる ひなあられ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく はんぺん	たまねぎ、にんじん、だいこん さやいんげん、ねぎ、ごぼう ほししいたけ、レンコン たけのこ、かんぴょう	ごはん じゃがいも、あぶら、こんにゃく さとう ひなあられ	しょうゆ、酒、塩 みりん、酢 かつおぶし	
3 (木)	ココアあげパン、ぎゅうにゅう じゃがいものチーズに ポトフ デザート	ぎゅうにゅう チーズ ウインナー	たまねぎ、キャベツ、にんじん かぶ、パセリ	コッペパン、ココア、さとう じゃがいも、とうもろこし あぶら ラフランスゼリー	塩、コショウ スープストック	
4 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう ポークカレー コールスローサラダ ヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく、チーズ ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、しょうが キャベツ、きゅうり、にんにく	ごはん じゃがいも、オリーブオイル さとう、とうもろこし	カレーフレーク ケチャップ、酢 塩、コショウ ソース	
7 (月)	ごはん、ぎゅうにゅう とりにくのてりやき やさしいため、わかめのみそしる あおのりこざかな	ぎゅうにゅう とりにく わかめ、とうふ、みそ いわし、のり	しょうが、キャベツ、たまねぎ にんじん、こまつな、もやし	ごはん ごまあぶら じゃがいも さとう	しょうゆ、みりん 酒、かつおぶし 塩、コショウ スープストック	
8 (火)	ちゅうかめん、ぎゅうにゅう キムチラーメンのスープ ぶたにくとさつまいものあまずあえ	ぎゅうにゅう あぶらあげ、みそ ぶたにく、だいず	キャベツ、にんじん、たまねぎ もやし、にら、しょうが、にんにく はくさいキムチ	ちゅうかめん ごまあぶら、かたくりこ さつまいも、あぶら、さとう	中華スープの素 酒、しょうゆ 酢	
9 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう なっとう ごまあえ おでん	ぎゅうにゅう なっとう さつまあげ、ちくわ、がんもどき こんぶ、じゃこボール	ほうれんそう、キャベツ にんじん、だいこん	ごはん ごま、さとう こんにゃく	しょうゆ、酒 みりん かつおぶし	
10 (木)	ピタパン、ぎゅうにゅう ぎゅうにくのトマトソースに コーンスープ フルーツあえ	ぎゅうにゅう ぎゅうにく	たまねぎ、ピーマン、にんじん パセリ モモ、みかん	ピタパン オリーブオイル とうもろこし、じゃがいも バター、こむぎこ	ソース、赤ワイン ケチャップ 塩、コショウ スープストック	
11 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう ししゃもフライ じゃがいものにも キャベツのみそしる	ぎゅうにゅう ししゃも なまあげ、みそ	にんじん、ごぼう、えだまめ だいこん、ほししいたけ キャベツ、たまねぎ	ごはん こむぎこ、パンこ、あぶら さとう、じゃがいも	ソース、しょうゆ だしの素 かつおぶし	
14 (月)	ぎゅうどん、ぎゅうにゅう おかかあえ かぶのみそしる	ぎゅうにゅう ぎゅうにく かつおぶし あぶらあげ、みそ	たまねぎ、しょうが、キャベツ にんじん、ほうれんそう かぶ、ねぎ	ごはん こんにゃく、あぶら さとう じゃがいも	酒、しょうゆ みりん かつおぶし	
15 (火)	ちゅうかめん、ぎゅうにゅう タンメンのスープ あげじゃがあんかけ くだもの	ぎゅうにゅう ぶたにく、いか、エビ とりにく、あおだいず、みそ	キャベツ、もやし、にんじん こまつな、ほししいたけ きくらげ、たまねぎ、しょうが いちご	ちゅうかめん ごまあぶら、かたくりこ じゃがいも、あぶら、さとう	しょうゆ、酒 塩、コショウ 中華スープの素	
16 (水)	☆幼稚園卒園おいおいこんだて☆ わかめごはん、ぎゅうにゅう エビフライ ちゅうかサラダ いもにじる	ぎゅうにゅう、わかめ エビ ぶたにく、みそ	キャベツ、きゅうり、にんじん はくさい、ねぎ、ごぼう	ごはん こむぎこ、パンこ、あぶら マロニー、ごま、ごまあぶら さといも、こんにゃく、さとう	ソース、酢 しょうゆ かつおぶし	
17 (木)	☆中郷小6年希望こんだて☆ こくとうパン、ぎゅうにゅう タンドライチキン キャベツサラダ ミネストローネ、デザート	ぎゅうにゅう とりにく、ヨーグルト チーズ	しょうが、キャベツ、だいこん たまねぎ、にんじん、パセリ にんにく、トマト	こくとうパン とうもろこし、オリーブオイル じゃがいも、マカロニ、バター りんごゼリー	ケチャップ、しょうゆ ソース、カレー粉 塩、コショウ、酢 スープストック	
18 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう さんまのかばやき やさいのオイスターソースいため こまつなのみそしる	ぎゅうにゅう さんま ぶたにく とうふ、みそ	しょうが、キャベツ、たまねぎ もやし、にんじん、ピーマン こまつな	ごはん かたくりこ、あぶら、さとう ごまあぶら じゃがいも	しょうゆ、みりん 酒、かつおぶし 塩、コショウ オイスターソース	
22 (火)	☆中郷小6年希望こんだて☆ ごもくごはん、ぎゅうにゅう ごまふうみサラダ ちゅうかスープ デザート	ぎゅうにゅう とりにく、あぶらあげ あおだいず なると	にんじん、ほししいたけ ごぼう、キャベツ、きゅうり もやし、はくさい、チンゲンサイ きくらげ	ごはん あぶら、さとう ごま、ごまあぶら、マロニー いちごバフェ	しょうゆ、酢 だしの素、酒 塩 中華スープの素	

* 三春町の米(コシヒカリ)

* 材料の都合により、献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。