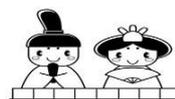


# 令和 7年 3月 学校給食献立表

中学校



吉野ヶ里町教育委員会

日	献立名	牛乳	あかのなかま 赤の仲間 ちやにくになる 血や肉になる	きのなかま 黄の仲間 ねつやちからのもとになる 熱や力の元になる	みどりのなかま 緑の仲間 からだのちょうしをととのえる 体の調子を整える	調味料	エネルギー kcal
3月	ちらし寿司		卵	米	ちらし寿司の素		797
	チキンリング	○	チキンリング	あぶら			
	わかめスープ		わかめ, とうふ	はるさめ, ごま油	たまねぎ, 人参	ガラスープ, しょうゆ	
	スパゲティサラダ		ツナ	スパゲティ, マヨネーズ	きゅうり, 人参		
4火	ごはん			米,			803
	野菜コロッケ	○		あぶら	野菜コロッケ		
	肉団子入り八宝菜		肉団子	あぶら, さとう, かたくり粉	たまねぎ, 人参, はくさい, たけのこ, きくらげ	ガラスープ, しょうゆ	
	大根サラダ			コールスロドレッシング	だいこん, きゅうり, 人参		
5水	ごはん			米			753
	豆煮込みハンバーグ	○	ハンバーグ, ミックスビーンズ		たまねぎ, マッシュルーム, ズッキーニ	デミグラスソース, コンソメ	
	味噌汁		とうふ, わかめ, 煮干し, みそ	こんにやく	人参, だいこん		
	里芋とごぼうのかか煮		かつお節	さといも, こんにやく, さとう	ごぼう, 人参	だし, しょうゆ	
6木	ごはん			米			856
	トンカツ	○	豚肉	てんぷら粉, パン粉, あぶら		しお	
	コーンカレー		牛肉	じゃがいも	たまねぎ, コーン, 人参, れんこん, トマト	カレールウ, コンソメ	
	わかめナムル		わかめ	ごま, ごま油	もやし, しめじ, 人参	ガラスープ	
7金							
10月	大豆ミートスパゲティ		合びき肉, 大豆団子	スパゲティ, あぶら, さとう	たまねぎ, 人参, トマトピューレ, トマトソース, にんにく	ケチャップ, コンソメ	861
	からあげサラダ	○	とり肉	かたくり粉, あぶら, コールスロドレッシング	キャベツ, 人参, きゅうり, コーン	塩こうじ	
	ヨーグルト		ヨーグルト				
11火	ごはん			米			795
	あげチヂミ	○		チヂミ, あぶら			
	マーボー春雨		合びき肉, みそ	はるさめ, あぶら, さとう, かたくり粉	たけのこ, 人参, たまねぎ, しょうが, にんにく	トウバンジャン, コチュジャン, しょうゆ, ガラスープ	
	韓国風のり和え		鶏肉, のり	ごま油, さとう	キャベツ, しめじ, 人参, ほうれんそう	ガラスープ, しょうゆ	
12水	かしわご飯		とり肉	米, さとう	ごぼう, 人参	しょうゆ, だし	841
	豚肉のチーズ焼き	○	ぶた肉, チーズ			生姜焼きのたれ	
	もずく卵スープ		たまご, もずく, とうふ, 煮干し	かたくり粉	たまねぎ, 人参, ほうれんそう	しょうゆ, しお	
	ブロッコリーサラダ		ちくわ	マヨネーズ	ブロッコリー, キャベツ, 人参		
13木	ごはん			米			817
	さばの竜田揚げ	○	さば	かたくり粉, あぶら		塩こうじ	
	豚汁		ぶた肉, 油あげ, 煮干し, みそ	さといも, こんにやく	だいこん, 人参, しめじ, ごぼう		
	野菜のさっぱり和え			さとう	はくさい, きゅうり, 人参, れんこん	す, だし, しょうゆ	
14金	ごはん			米			821
	鶏のレモンペッパー焼き	○	とり肉	レモンペッパーオイル			
	白菜のクリームスープ		ウィンナー, 大豆, 牛乳		はくさい, 人参, コーン, しめじ, たまねぎ, ブロッコリー	コンソメ, クリームシチュールウ	
	れんこんベーコン炒め		ベーコン		れんこん, 人参, こまつな	しお, しょうゆ	