

| 日 | 献立名 | 牛乳 | 赤の仲間 血や肉になる | 黄の仲間 熱や力の元になる | 緑の仲間 体の調子を整える | 調味料 | エネルギー kcal | | |
|---------------------|--------------|----|-------------------|------------------|---|--------------|------------|--|--|
| 19 木 | ごはん | ○ | | 米 | | | 827 | | |
| | ウィンナー | | ワインナー | | | | | | |
| | ★カレー | | 牛肉 | じやがいも, あぶら | たまねぎ, にんじん, れんこん, トマト マトビューレ | カレールウ, コンソメ | | | |
| | コールスローサラダ | | ツナ | コールスロードレッシング | キャベツ, きゅうり, コーン | | | | |
| 20 金 | ごはん | ○ | | 米 | | | 787 | | |
| | きやべつメンチカツ | | メンチカツ | あぶら | | | | | |
| | 味噌ラーメン春雨 | | とり肉, わかめ, みそ, なると | はるさめ | にんじん, たまねぎ, コーン, もやし, ちん げんさい | ガラスープ, だし | | | |
| | 小松菜煮びたし | | 油あげ | こんにゃく, さとう | こまつな, にんじん | しょうゆ, だし | | | |
| 24 火 | ごはん | ○ | | 米 | | | 791 | | |
| | さばのみぞれ煮 | | さば | さとう, かたくり粉 | だいこん, にんじん, たまねぎ, きくらげ | しょうゆ, だし | | | |
| | 根菜と厚揚げ煮 | | 厚あげ | さといも, こんにゃく, さとう | だいこん, にんじん, れんこん | だし, しょうゆ | | | |
| | ナムル | | くきわかめ | ごま油, ごま | もやし, にんじん, せんまい, こまつな | ガラスープ | | | |
| | りんご | | | | りんご | | | | |
| 25 水 | ひじきごはん | ○ | 油あげ, ひじき | 米, さとう | にんじん | だし, しょうゆ | 793 | | |
| | ちくわの磯辺揚げ | | ちくわ, あおのり | てんぶら粉, あぶら | | | | | |
| | くずし豆腐のスープ | | わかめ, とうふ | かたくり粉, ごま油, ごま | たまねぎ, にんじん, はくさい | ガラスープ, しょうゆ | | | |
| | マカロニサラダ | | ツナ | マカロニ, マヨネーズ | キャベツ, にんじん | | | | |
| 26 木 | ごはん | ○ | | 米 | | | 807 | | |
| | れんこん肉のせフライ | | れんこん肉のせフライ | あぶら | | | | | |
| | きやべつクリームシチュー | | とり肉, だいす, 脱脂粉乳 | | ブロッコリー, たまねぎ, にんじん, れん こん, キャベツ, しめじ | コンソメ, シチュールウ | | | |
| | 切り干し大根煮 | | 油あげ | こんにゃく, さとう, ごま油 | きりばし大根, にんじん, きくらげ | だし, しょうゆ | | | |
| 27 金 | ごはん | ○ | | 米 | | | 797 | | |
| | タンドリーチキン | | とりにく | | | タンドリーチキンの素 | | | |
| | 豚汁 | | ぶたにく, とうふ, みそ | こんにゃく, さといも | だいこん, にんじん, たまねぎ, はだいこ ん | だし | | | |
| | きんぴらごぼう | | ちくわ, くきわかめ | さとう, ごま, ごま油 | ごぼう, にんじん, たけのこ | だし, しょうゆ | | | |
| 東青振小学校 6年生卒業お祝い給食献立 | | | | | | | | | |
| 三田川中学校 3年生卒業お祝いケーキ付 | | | | | | | | | |
| 3 月 | ごはん | ○ | 三田川中3年生給食最終日 | 米 | | | 857 | | |
| | ヒレカツ | | ぶたにく | てんぶら粉, パン粉, あぶら | | じお | | | |
| | コーンカレー | | 合びき肉 | じやがいも | たまねぎ, コーン, にんじん, れんこん, ト マトビューレ | カレールウ, コンソメ | | | |
| | ツナサラダ | | ツナ | マヨネーズ | キャベツ, きゅうり, にんじん | | | | |
| 3 火 | ちらし寿司 | ○ | 卵 | 米 | ちらし寿しの素 | | 791 | | |
| | しゅまい | | しゅまい | | | | | | |
| | わかめスープ | | わかめ, とうふ | はるさめ, ごま, ごま油 | たまねぎ, にんじん | ガラスープ, しょうゆ | | | |
| | さつま芋天ぶら | | | さつま芋, てんぶら粉, あぶら | | | | | |
| | ヨーグルト | | ソーフルヨーグルト | | | | | | |

★はし、スプーンは持ってきてください。

★材料入荷の都合で、献立、食材の変更やがある場合があります

★マヨネーズは、卵不使用マヨ風ソースを使用しています

★米は、佐賀県産「夢しずく」です

★食材変更により年度途中で食材のアレルゲン変更があります