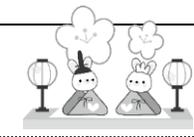


# 3月の予定献立表 (前半)



☆ **今月の目標**【 一年間の給食を振り返ろう! 】

令和2年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

ひづけ 日付	献立名	使用する食品名						調味料他	エネルギー (kcal)
		(あか) おもにからだをつくるものとなる		(みどり) おもにからだのちようしをとのえるものとなる		(きいろ) おもにエネルギーのもととなる			
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
1 (月)	<b>【 非常食体験献立 】</b> 救給カレー ・ 牛乳		ぎゅうにゅう・かいかい 牛乳・小魚・海藻	にんじん・トマト	とうもろこし・たまねぎ・しめじ	こめ・こなあめ・じゃがいも	油	カレー粉・塩・酵母エキス・香辛料	900
	照焼きキンパティ	とり			たまねぎ・りんご・しょうが・にんにく	ぼんご・でんぷん・さとう・みずあめ	油	醤油・塩・コショウ・パプリカ・他	30.3
	野菜たっぷり味噌チャウダー	ウイナー・とり・かいかい めはまぐり・みそ	ぎゅうにゅう・なまクリーム・スキムミルク・チーズ	ほうれんそう・にんじん	だいこん・はくさい・とうもろこし・ほししいたけ・にんにく・(たまねぎ・セロリ)	こむぎこ	オリーブ油・バター	ワイン・塩・コショウ・(鶏骨・ローリエ)	
	フルーツ杏仁		ぎゅうにゅう・かんでん		おうとう・みかん・パイナップル	さとう・でんぷん		クエン酸・他	
2 (火)	<b>【 佐賀ん魚食べて応援! 献立 (第7弾) 】</b> スパゲッティ・ミートソース ・ 牛乳	ぎゅうにゅう・ぶたにく	チーズ ぎゅうにゅう	にんじん・パセリ	たまねぎ・トマト・セロリ・マッシュルーム・にんにく	スパゲッティ・でんぷん・さとう	オリーブ油	ケチャップ・デミグラスソース・ソース・醤油・塩・コショウ・コンソメ・(鶏骨・ローリエ)	815
	◆玄海産スルメイカと海藻のサラダ	スルメイカ(※無償提供)	かんでん・くわがめ・こんぶ・しろきりんさい・わかめ・あかつのまた・あかつのまた	パプリカ	きゅうり・キャベツ・とうもろこし		ごま	棒々鶏ドレッシング	36.7
	ミルク大学芋		スキムミルク			さつまいも・さとう	油・ごま・バター	醤油	
3 (水)	<b>【 ”桃の節句(ひなまつり)” 献立 】</b> 鮭ちらし寿司(☆小学部:雑寿司)・牛乳	さけ・たまご・うずらたまご	のり・(こんぶ) ぎゅうにゅう	にんじん・きぬさや・いんげん・みつば		こめ・さとう		酢・塩・酒	770
	菜の花のごま和え	かに・ふうみかまぼこ		なのはな・にんじん	もやし・とうもろこし	さとう	ごま・ねりごま	醤油・みりん	36.3
	姫はまぐりのすまし汁	ひめはまぐり・(かつおぶし)	わかめ・(こんぶ)	みつば	たけのこ	ふ		醤油・酒・塩	
	ミニひなあられ		のり			もちごめ・さとう		醤油	
4 (木)	麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			784
	揚げ魚の葱ソース煮	さば		こねぎ	ねぶかねぎ・しょうが・にんにく	でんぷん・さとう	油	酢・醤油・酒・塩・コショウ	34.7
	おからサラダ	おから・まぐらあぶらづけ		にんじん	きゅうり・キャベツ・たまねぎ	さとう		マヨネーズ・りんご酢・塩・コショウ	
	さつま汁	とり・かいかい あぶらあげ・みそ	(にぼし)	にんじん・はねぎ	だいこん・たまねぎ・ごぼう・こんにゃく・ほししいたけ	さつまいも・こくとう		酒	
5 (金)	<b>【 卒業生リクエスト献立 第2弾 … 高等部3年生 】</b> <b>【 佐賀ん魚食べて応援! 献立 (第4弾) 】</b> ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう				こめ		892
	◆佐賀ん魚ハンバーグ 	ぎゅうにゅう(※無償提供)・たまご	ぎゅうにゅう		たまねぎ	ぼんご・さとう	バター	ケチャップ・焼肉のたれ・醤油・ワイン・みりん・塩・ナツメグ・コショウ	47.7
	ひじきサラダ	ハム	ひじき	えだまめ・にんじん	キャベツ・とうもろこし	さとう	ごま	マヨネーズ・醤油・だし汁	
	キムチ汁	とうふ・ぶたにく・あぶらあげ・みそ・(かつおぶし)	(こんぶ)	にら・にんじん	はくさい・たまねぎ・もやし・しめじ・ほししいたけ・りんご・にんにく・しょうが	さとう	ごま油	酒・醤油・みりん・塩・唐辛子・他	
	焼きプリンタルト	たまご	スキムミルク			こむぎこ・さとう	マガーリン	塩・他	
8 (月)	麦ごはん ・ 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・むぎ			812
	豚肉の生姜炒め	ぶたにく			しょうが			醤油・みりん・酒	36.2
	茎わかめのサラダ	ちくわ・みそ	くわがめ	にんじん	きゅうり	さとう	ごま	マヨネーズ・からし・みりん	
	うったち汁	ぶたにく・(かつおぶし)	(こんぶ)	にんじん・はねぎ	たまねぎ・ごぼう・ほししいたけ	こむぎこ・さといも	油	醤油・酒・塩	
パイン入り青りんごゼリー				パイナップル	さとう		塩・ゲル化剤・他		
9 (火)	<b>【 卒業生リクエスト献立 第3弾 … 小学部6年生 】</b> カレーピラフ	ぎゅうにゅう・ぶたにく・ウイナー		にんじん・グリーンピース	たまねぎ・マッシュルーム・にんにく・(セロリ)	こめ・むぎ	バター・油	ワイン・塩・カレー粉・醤油・ケチャップ・コンソメ・コショウ・(鶏骨・ローリエ)	789
	牛乳&ミルメーク(ココア味)		ぎゅうにゅう						36.5
	鶏肉の唐揚げ	とり			しょうが・にんにく	こむぎこ・でんぷん	油	マヨネーズ・酒・塩・コショウ	
	ポテトサラダ	まぐらあぶらづけ	チーズ	にんじん	きゅうり・たまねぎ	じゃがいも・さとう		マヨネーズ・塩・コショウ	
	オニオンスープ	ハム		パセリ・(にんじん)	たまねぎ・(セロリ)		バター	ワイン・塩・コショウ・(鶏骨・ローリエ)	
10 (水)	<b>【 卒業祝い献立 】</b> 古代米赤飯(伊万里産黒米使用)・牛乳		ぎゅうにゅう			こめ・くろまい			756
	赤魚のみそマヨチーズ焼き	あかうお・みそ	チーズ			さとう	ごま油	マヨネーズ・酒・塩・コショウ	44.0
	紅白なます			にんじん	だいこん	さとう	ごま	酢・塩・だし汁	
	筑前煮	とり・ちくわ		にんじん・いんげん	たけのこ・れんこん・ごぼう・こんにゃく	さといも・さとう		だし汁・醤油・酒・みりん	
	茶碗蒸し	たまご・どろり・かまぼこ・(かつおぶし)	(こんぶ)	ほうれんそう	ほししいたけ	なまふ		醤油・酒・塩・みりん	
	卒業祝いミニケーキ	たまご	ぎゅうにゅう・クリーム		いちご	さとう・こむぎこ・みずあめ	油・ショートニング	他	
11 (木)					卒業式 (給食はありません)				



# 3月の予定献立表（後半）



☆**今月の目標**【 一年間の給食を振り返ろう！ 】

令和2年度 佐賀県立伊万里特別支援学校

ひづけ 日付	献立名	使用する食品名						エネルギー (kcal)	
		(あか) おもにからだをつくるものになる		(みどり) おもにからだのちようしをとのえるものになる		(きいろ) おもにエネルギーのもとになる			
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		さかなにく だいず 魚・肉・大豆・ 大豆製品	ぎゆうにゆう さかな かいそう 牛乳・小魚・海藻	りよくおうしょく 緑黄色野菜	た やさい その他の野菜・ きのこ・果物	こくるい りん 穀類・いも類・ 砂糖	ゆし 油脂	ちようみりよほか 調味料他	たんぱく質 (g)
12 (金)	三色丼・牛乳 梅おかか和え はんぺんのすまし汁	とりにく・たまご かつおぶし すけそうだら・(かつおぶし)	ぎゆうにゆう わかめ・(こんぶ)	いんげん にんじん こねぎ	しょうが キャベツ・きゅうり・うめぼし ほししいたけ	こめ・さとう さとう やまいも・でんぷん		醤油・酒・みりん・だし汁 醤油 醤油・酒・塩・他	727 36.8
15 (月)	中華味ごはん・牛乳 揚げぎょうざ 五色野菜の甘酢和え わかめスープ さがみかん入りミルクゼリー	やきぶた・ぶたにく ぶたにく かにふうみかまぼこ	ぎゆうにゆう わかめ ぎゆうにゆう・なまクリーム	にんじん・えだまめ にんじん こねぎ・(にんじん)	たけのこ・しょうが・ほししいたけ キャベツ・たまねぎ・はくさい・しょうが・にんにく もやし・ごぼう・きゅうり・きくらげ もやし・(たまねぎ・セロリ)	こめ・もちこめ・ことう でんぷん・さとう・こむぎこ さとう さとう	ごま油・ごま 油・豚脂 ごま油 ごま・ごま油	醤油・酒 醤油・塩・他 酢・醤油 醤油・酒・塩 アーモンドエッセンス・クエン酸・他	789 29.5
16 (火)	麦ごはん・牛乳 鯖の西京焼き 磯香和え じゃがいものそぼろ煮 かき玉汁	さわら・みそ のり とりにく たまご・のべかまぼこ・(かつおぶし)	ぎゆうにゆう のり ぎゆうにゆう・なまクリーム	ほうれんそう・にんじん にんじん・グリーンピース こねぎ	もやし たまねぎ たまねぎ・えのきたけ	こめ・むぎ さとう	ねりごま	みりん 醤油・みりん だし汁・醤油・酒・みりん・塩 醤油・酒・塩	779 37.8
17 (水)	ホットドッグ・牛乳 根菜のカレースープ フルーツヨーグルト	ウインナー とりにく	スキムミルク・チーズ ぎゆうにゆう ヨーグルト	キャベツ れんこん・ごぼう・たまねぎ・しめじ・しょうが・にんにく・(セロリ)	こむぎこ・さとう さとも・さとう	ショートニング・マーガリン オリーブ油	イースト・塩・ケチャップ・からし・塩・コショウ カレーウ・醤油・ケチャップ・醤油・カレー粉・塩・(鶏骨・ローリエ)	726 29.8	
18 (木)	麦ごはん・牛乳 ミンチポテト こんにやくと野菜の炒め物 みそスープ	ぎゆうにゆう ぎゆうにゆう・ぶたにく・とりにく・たまご やきぶた ベーコン・みそ	スキムミルク ぎゆうにゆう こねぎ・(にんじん)	たまねぎ・にんにく れんこん・こんにやく・とうもろこし・しょうが だいこん・はくさい・たまねぎ・しめじ・(セロリ)	こめ・むぎ じゃがいも・こむぎこ・さとう さとう	ごま・ごま油	ケチャップ・ソース・醤油・ウイン・塩・コショウ・ナツメグ・コンソメ 醤油・酒 酒・(鶏骨・ローリエ)	771 32.2	
19 (金)	麦ごはん・牛乳 フィッシュ南蛮 大豆の磯煮 春雨汁	バス・たまご だいず・ぶたにく・ちくわ かまぼこ・(かつおぶし)	ぎゆうにゆう ひじき (にほし・こんぶ)	しょうが・にんにく こんにやく・ほししいたけ はくさい・たけのこ・ほししいたけ	こめ・むぎ こむぎこ・さとう さとう	油	タルタルソース・酢・酒・塩・コショウ 醤油・酒 醤油・酒・塩	799 40.3	
22 (月)	麦ごはん・牛乳 揚げ鶏のおろしポン酢かけ さつまいもとほうれん草のバター醤油炒め 五目スープ	とりにく とりにく たまご・ぶたにく	ぎゆうにゆう こねぎ にんじん・はねぎ	だいこん・レモン・しょうが・にんにく たまねぎ・にんにく たけのこ・ほししいたけ・しょうが	こめ・むぎ でんぷん さつまいも	油 バター・油	マヨネーズ・醤油・酒・みりん・塩・コショウ・唐辛子 醤油 醤油・酒・塩・コショウ・(鶏骨)	797 34.9	
23 (火)	ドライカレー 牛乳 かみかみサラダ 手作りミニカップケーキ	ぎゆうにゆう・ぶたにく・とりにく ぎゆうにゆう さきいか・たこ たまご	トマト・グリーンピース ぎゆうにゆう にんじん にんじん	たまねぎ・マッシュルーム・ほしぶどう・にんにく・しょうが きりほしだいこん・きゅうり・レモン いちご	こめ・もちむぎ・さとう さとう こむぎこ・さとう	バター・オリーブ油 アーモンド・オリーブ油	カレーウ・ワイン・カレー粉・醤油・ソース・ターメリック・塩・コショウ 醤油・酢 ベーキングパウダー	847 30.0	
24 (水)	 <b>修了式</b> (給食はありません)								
※献立は都合により変更される場合がありますのでご了承下さい。 ※食物アレルギー等で加工食品の成分表や原材料のg数などの詳しい資料が必要な方は、学校へお申し出下さい。								平均 (基準値)	797 (778) 35.9 (32.1)