



3月の献立



日 (曜日)	お弁当	主な献立	血や骨となる食品	エネルギーとなる食品	体の調子を整える食品	Kcal
2日 (月)	さわら西京漬け焼	ラタトゥイユ スイートコーン 焼売 菜の花お浸し さわら西京漬け焼 フルーツ	鶏挽肉 さわら	ご飯	茄子 コーン 菜の花 椎茸	345
3日 (火)	☆ひなまつりランチ☆	星型ポテト ウィンナー キャベツサラダ ブロッコリーソテー 花型豆腐ハンバーグ あまおうゼリー	ウィンナー シーチキン 豆腐 鶏肉 おから	ご飯 馬鈴薯	キャベツ ブロッコリー 玉葱 人参	407
4日 (水)	オムレツきのこデミグラスソース	もやしナムル コーンたっぷりフライ マカロソテー オムレツきのこデミグラスソース フルーツ	卵	ご飯 胡麻 馬鈴薯 マカロ	法連草 もやし コーン しめじ	351
5日 (木)	タンドリーチキン風	里芋ブイヨン煮 ひとくちイカフライ スナッフエントウ香り and え 青梗菜ソテー タンドリーチキン風 フルーツ 黒糖ロール	ベーコン ｲ 鶏肉	パン 里芋	スナッフエントウ 紫蘇 青梗菜 人参	294
6日 (金)	★にこにこ給食★ 野菜入りメンチカツ	胡瓜和風ドレッシング and え 花がも煮付 蒟蒻煮付 牛蒡炒め物 野菜入りメンチカツ ゼリー	がもも 豚肉	ご飯	胡瓜 蒟蒻 牛蒡 ピーマン	320
9日 (月)	トマトペンネグラタン	ハムコーンドレッシング and え 厚焼玉子 半平煮付 トマトペンネグラタン フルーツ	ハム 卵 半平 合挽肉 チーズ マーガリン	ご飯 マカロ	コーン 胡瓜 トマト 玉葱	326
10日 (火)	イカ香味パン粉焼き	ひじきサラダ プチアメリカンドッグ 枝豆 小松菜ソテー イカ香味パン粉焼き フルーツ	魚肉ソーセージ イカ	ご飯	ひじき 人参 枝豆 小松菜	301
11日 (水)	味噌おでん	法蓮草胡麻 and え 磯辺フライ 味噌おでん(蒟蒻・半平・玉子) フルーツ	ｲ 半平 卵	ご飯 胡麻	法蓮草 しめじ 牛蒡 蒟蒻	289
12日 (木)	肉団子クリームソースかけ	ベビーバターコロッケ 人参和風ドレッシング and え 肉団子クリームソースかけ フルーツ ロールパン	バター クリーム 牛乳 鶏挽肉	パン 馬鈴薯	人参 キャベツ 玉葱 マッシュルーム	324
13日 (金)	鶏肉揚げ煮	パンプキンビーンズサラダ イカボール煮付 ブロッコリー香り and え 蓮根煮付 鶏肉揚げ煮 フルーツ	ｲ すり身 鶏肉	ご飯 馬鈴薯	南瓜 枝豆 ブロッコリー 蓮根	373
16日 (月)	★にこにこ給食★ ハンバーグ	切干大根煮付 ウィンナー 蒟蒻煮付 青梗菜炒め ハンバーグ フルーツ	ウィンナー 鶏挽肉	ご飯	切干大根 人参 蒟蒻 青梗菜	314
17日 (火)	エビフライ	わかめ and え物 餃子 ミニポテト 野菜炒め エビフライ フルーツ	鶏挽肉 豚挽肉 バター エビ	ご飯 春雨 胡麻油 馬鈴薯	胡瓜 わかめ 玉葱 パプリカ	324
18日 (水)	スパゲティマトソース	カリフラワードレッシング and え 厚焼玉子 スナッフエントウおほか and え スパゲティマトソース ミニステーキ ゼリー	卵 鯉節 ハム	ご飯 スパゲティ	胡瓜 カリフラワー スナッフエントウ トマト	352
19日 (木)	さわら香味パン粉焼き	牛蒡サラダ 大学芋 人参甘煮 菜の花ソテー さわら香味パン粉焼き フルーツ	さわら	ご飯 薩摩芋	牛蒡 コーン 人参 菜の花	362
23日 (月)	アメリカンドッグ	人参しりしり 竹輪煮付 ブロッコリーおほか and え ほうれん草ソテー アメリカンドッグ フルーツ	卵 シーチキン 竹輪 鯉節 ウィンナー	ご飯	人参 ブロッコリー 法連草 玉葱	325
24日 (火)	鶏唐揚	蓮根トマト煮 ポテトサラダ キャベツコンソメ煮 鶏唐揚 フルーツ	鶏肉	ご飯 馬鈴薯	蓮根 トマト ピーマン キャベツ	379
25日 (水)	マカロニグラタン	いんげんフレーク煮 エビ焼売 ミートボール マカロニグラタン フルーツ	シーチキン 海老 すり身 鶏挽肉 牛乳 ホワイトソース	ご飯 マカロ	人参 玉葱 コーン パセリ	327
26日 (木)	★にこにこ給食★ 肉じゃが	コーン和風ドレッシング and え 五目巾着 半平煮付 肉じゃが 人参甘煮 ゼリー	油揚げ 豚肉 半平	ご飯 春雨	コーン キャベツ 干瓢 人参	319
27日 (金)	★にこにこ給食★ イカ照焼き	ひじき煮付 三角春巻 小松菜お浸し イカ照焼き フルーツ	イカ	ご飯 春雨 馬鈴薯 胡麻油	ひじき 山菜 小松菜 しめじ	260
30日 (月)	★にこにこ給食★ ㊦自分de豚井㊦	菜の花胡麻 and え さつま芋甘露煮 海鮮焼売 自分de豚井 なんと フルーツ	すり身 豚肉 なんと	ご飯 胡麻 薩摩芋	菜の花 玉葱 蒟蒻 グリンピース	369
31日 (火)	★にこにこ給食★ 白身魚ピザソースかけ	カリフラワーカレー風味煮 星型しんじょ ハムステーキ 青梗菜炒め 白身魚ピザソースかけ ゼリー	豆乳 すり身 ハム 白身魚	ご飯	カリフラワー 赤ピーマン 南瓜 青梗菜	314

★にこにこ給食★とは卵と乳を使用していないメニューです。

※ 3/30(月)は自分de豚井のため、ふりかけをおかけ致しません。

(注意)仕入れの都合により一部変更する事がありますのでご了承下さい。