

# 3月分 給食献立予定表

日光市立日光小学校

日付	こ ん だ て め い	おもなざいりょう			献立(献立)
		あか 血や肉になる	さいろ 熱や力のもとになる	みどり 体の調子をととのえる	
1 (火)	ごはん 牛乳 マーボー豆腐 はるさめサラダ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく とうふ ハム みそ	ごはん はるさめ あぶら ごまあぶら ごま ドレッシング でんぶん	にんじん ねぎ たけのこ しいたけ にら しょうが にんにく きゅうり もやし キャベツ きくらげ	600 22.6 1.6
2 (水)	**2ねん1くみりクエスト** そばろどん 牛乳 ミネストローネ ミルメーク	ぎゅうにゅう とりにく たまご ウインナー ベーコン こなチーズ ミックスピーンズ	ごはん じゃがいも さとう あぶら むえんバター ミルメーク	えだまめ キャベツ トマト たまねぎ にんじん しょうが にんにく	674 25.2 2.1
3 (木)	**ひなまつり献立** ちらしずし 牛乳 あかうおさいきょうやき はまぐりのうしおじる ももゼリー	ぎゅうにゅう はまぐり とうふ あぶらあげ のり	ごはん はるさめ ざらめ ゼリー ごま	かんぴょう にんじん ごぼう れんこん しいたけ きぬさや なのはな	589 24.4 2.0
4 (金)	ミルクパン マーシャルビーンズ 牛乳 ツナとトマトのクリームスパゲティ イタリアンサラダ	ぎゅうにゅう ツナ なまクリーム	パン スパゲティ オリーブオイル ドレッシング マーシャルビーンズ	たまねぎ トマト にんにく ブロッコリー パプリカ きゅうり	619 25.4 2.5
7 (月)	ごはん 牛乳 アジフライ いそあえ ごもくみそしる	ぎゅうにゅう あじ あつあげ みそ のり	ごはん あぶら パンこ	だいこん もやし にんじん ほうれんそう こまつな ねぎ	607 22.8 2.1
8 (火)	こめこパン 牛乳 とりのマーマレードやき フレンチサラダ クリームシチュー	ぎゅうにゅう とりにく	パン じゃがいも むえんバター ドレッシング マーマレードジャム	キャベツ きゅうり もやし パプリカ にんにく コーン はくさい マッシュルーム ブロッコリー	633 31.0 2.3
9 (水)	ごはん 牛乳 ポークシューマイ ちゅうかクラゲあえ トック入りピリからスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく くらげ みそ	ごはん トック ごま ごまあぶら ドレッシング	きゅうり にんじん もやし はくさい にら しいたけ にんにく	6-2 21.8 2.3
10 (木)	ごはん 牛乳 あつやきたまご きんぴら とんじる いよかん	ぎゅうにゅう ぶたにく たまご さつまあげ みそ	ごはん じゃがいも ごま ごまあぶら ざらめ あぶら	ごぼう にんじん こんにゃく はくさい だいこん ねぎ いよかん	595 21.0 2.2
11 (金)	ミルクパン キャラメルパテ 牛乳 タンメン ハムとだいこんのマリネ りんごヨーグルト	ぎゅうにゅう ぶたにく いか ハム ナルト ヨーグルト	パン ちゅうかめん ドレッシング ごま キャラメルパテ	もやし たまねぎ にんじん チンゲンサイ キャベツ にんにく しょうが だいこん きゅうり	641 26.9 2.8
14 (月)	ごはん 牛乳 わふうハンバーグ まめもやしのナムル Caたっぷりスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく こうや豆腐 たまご	ごはん さとう ごま でんぶん ごまあぶら ラー油	もやし にんじん きゅうり たまねぎ こまつな	627 27.4 2.1
15 (火)	こうちャパン 牛乳 ポテトカップグラタン カリコリサラダ えびだんごスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく えび ハム チーズ	パン グラタン はるさめ ドレッシング	だいこん きゅうり にんじん ほうれんそう はくさい	661 20.5 2.8
16 (水)	ごはん 牛乳 さばカレーやき ごもくおひたし どさんこじる	ぎゅうにゅう ぶたにく さば わかめ みそ かつおぶし	ごはん じゃがいも さば あぶら むえんバター	ほうれんそう にんじん キャベツ もやし きゅうり たまねぎ コーン にんにく ねぎ	635 24.1 1.9
17 (木)	**日光市民の日・地産地消献立～ぶたにく** ごはん 牛乳 とんかつ ハムとにらのあえもの にこにこじる いちごゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム たまご とうふ みそ	ごはん こむぎこ パンこ あぶら ごま ドレッシング ラー油 ゼリー	にら にんじん だいこん もやし こんにゃく ごぼう なめこ ねぎ	697 26.4 1.9
22 (火)	こめこパン 牛乳 スペインふうオムレツ シーザーサラダ しろいんげんのスープ	ぎゅうにゅう たまご ウインナー しろいんげんまめ	パン クルトン むえんバター ドレッシング	ブロッコリー カリフラワー きゅうり たまねぎ コーン パセリ	685 26.2 2.5
23 (水)	ごはん 牛乳 千キンカレー かいそうサラダ レモンカスターダルト	ぎゅうにゅう とりにく わかめ	ごはん じゃがいも あぶら ルウ タルト ドレッシング	にんじん たまねぎ コーン キャベツ きゅうり にんにく しょうが	667 20.4 2.1

★献立は、材料の都合により変更になる場合があります。



今月の目標：1年間の給食をふりかえろう！

【地場産物を取り入れた献立】

17(木)に使用する《ぶたにく》は日光産のものです。

