

3月の予定献立表

 <p>卒業おめでとうございます</p>				3月2日(月)		3月3日(火)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
				3月4日(水)		3月5日(木)		3月6日(金)		3月9日(月)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
<p>6年生のみなさんには 卒業祝い 松花堂弁当給食 を実施します。</p> <p>6年生は以下のものが追加でお弁当に入ります。</p>  <table border="1"> <tr> <th>食材名</th> <th>分量(g)</th> <th>食材名</th> <th>分量(g)</th> </tr> <tr> <td>牛肉</td> <td>30g</td> <td>三度豆</td> <td>30g</td> </tr> <tr> <td>たけのこ(水煮)</td> <td>10g</td> <td>濃口しょうゆ</td> <td>2g</td> </tr> <tr> <td>きぬさや</td> <td>3g</td> <td>さとう</td> <td>0.5g</td> </tr> <tr> <td>濃口しょうゆ</td> <td>3g</td> <td>系かつお</td> <td>1g</td> </tr> <tr> <td>みりん</td> <td>1g</td> <td>三色団子</td> <td>1本</td> </tr> <tr> <td>さとう</td> <td>2g</td> <td>いちご</td> <td>2こ</td> </tr> <tr> <td>銀ダラ塩こうじ漬け</td> <td>1切</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>生麩</td> <td>5g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>薄口しょうゆ</td> <td>1g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>みりん</td> <td>0.5g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>けずりぶし</td> <td>0.2g</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>水</td> <td>15g</td> <td></td> <td></td> </tr> </table>				食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	牛肉	30g	三度豆	30g	たけのこ(水煮)	10g	濃口しょうゆ	2g	きぬさや	3g	さとう	0.5g	濃口しょうゆ	3g	系かつお	1g	みりん	1g	三色団子	1本	さとう	2g	いちご	2こ	銀ダラ塩こうじ漬け	1切			生麩	5g			薄口しょうゆ	1g			みりん	0.5g			けずりぶし	0.2g			水	15g			<p>発芽玄米入りごはん 牛乳 筑前煮 切干大根のみそ汁</p>		<p>ちらし寿司 牛乳 鶏肉の照り焼き 菜の花のすまし汁 ひなあられ</p>																																																																																																																																																																																																																																																																																															
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
牛肉	30g	三度豆	30g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
たけのこ(水煮)	10g	濃口しょうゆ	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
きぬさや	3g	さとう	0.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
濃口しょうゆ	3g	系かつお	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
みりん	1g	三色団子	1本																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
さとう	2g	いちご	2こ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
銀ダラ塩こうじ漬け	1切																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
生麩	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
薄口しょうゆ	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
みりん	0.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
けずりぶし	0.2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
水	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
				かみかみ献立		ひな祭り献立																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>分量(g)</th></tr> <tr><td>米</td><td>75g</td></tr> <tr><td>発芽玄米</td><td>5g</td></tr> <tr><td>牛乳</td><td>1本</td></tr> <tr><td>鶏肉</td><td>20g</td></tr> <tr><td>さつま揚げ</td><td>10g</td></tr> <tr><td>ごぼう</td><td>15g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10g</td></tr> <tr><td>たけのこ(水煮)</td><td>10g</td></tr> <tr><td>板こんにゃく</td><td>15g</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>0.5g</td></tr> <tr><td>さとう</td><td>2g</td></tr> <tr><td>濃口しょうゆ</td><td>4g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>0.5g</td></tr> <tr><td>けずりぶし</td><td>2g</td></tr> <tr><td>水</td><td>40g</td></tr> <tr><td>切干天根</td><td>3g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10g</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>20g</td></tr> <tr><td>油揚げ</td><td>7g</td></tr> <tr><td>青ねぎ(八幡産)</td><td>5g</td></tr> <tr><td>八幡のみそ</td><td>9g</td></tr> <tr><td>八幡の白みそ</td><td>3g</td></tr> <tr><td>けずりぶし</td><td>2g</td></tr> <tr><td>水</td><td>100g</td></tr> </table>		食材名	分量(g)	米	75g	発芽玄米	5g	牛乳	1本	鶏肉	20g	さつま揚げ	10g	ごぼう	15g	にんじん	10g	たけのこ(水煮)	10g	板こんにゃく	15g	サラダ油	0.5g	さとう	2g	濃口しょうゆ	4g	みりん	0.5g	けずりぶし	2g	水	40g	切干天根	3g	にんじん	10g	たまねぎ	20g	油揚げ	7g	青ねぎ(八幡産)	5g	八幡のみそ	9g	八幡の白みそ	3g	けずりぶし	2g	水	100g	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>分量(g)</th></tr> <tr><td>米</td><td>70g</td></tr> <tr><td>米酢</td><td>11g</td></tr> <tr><td>上白糖</td><td>7g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.7g</td></tr> <tr><td>ちりめんじゃこ</td><td>5g</td></tr> <tr><td>たけのこ(水煮)</td><td>4g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>6g</td></tr> <tr><td>高野豆腐</td><td>0.8g</td></tr> <tr><td>干しいたけ</td><td>0.5g</td></tr> <tr><td>さとう</td><td>2g</td></tr> <tr><td>濃口しょうゆ</td><td>4g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1g</td></tr> <tr><td>だし汁</td><td>8g</td></tr> <tr><td>きぬさや</td><td>5g</td></tr> <tr><td>牛乳</td><td>1本</td></tr> <tr><td>鶏肉</td><td>70g</td></tr> <tr><td>濃口しょうゆ</td><td>1.5g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1g</td></tr> <tr><td>白ねぎ</td><td>10g</td></tr> <tr><td>濃口しょうゆ</td><td>3g</td></tr> <tr><td>さとう</td><td>2g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>1g</td></tr> <tr><td>片栗粉</td><td>0.5g</td></tr> <tr><td>水</td><td>5g</td></tr> <tr><td>豆腐</td><td>20g</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>20g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>5g</td></tr> <tr><td>西洋種なばな</td><td>10g</td></tr> <tr><td>薄口しょうゆ</td><td>3g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.4g</td></tr> <tr><td>けずりぶし</td><td>2g</td></tr> <tr><td>水</td><td>100g</td></tr> <tr><td>ひなあられ</td><td>1袋</td></tr> </table>		食材名	分量(g)	米	70g	米酢	11g	上白糖	7g	塩	0.7g	ちりめんじゃこ	5g	たけのこ(水煮)	4g	にんじん	6g	高野豆腐	0.8g	干しいたけ	0.5g	さとう	2g	濃口しょうゆ	4g	酒	1g	だし汁	8g	きぬさや	5g	牛乳	1本	鶏肉	70g	濃口しょうゆ	1.5g	酒	1g	白ねぎ	10g	濃口しょうゆ	3g	さとう	2g	みりん	1g	片栗粉	0.5g	水	5g	豆腐	20g	たまねぎ	20g	にんじん	5g	西洋種なばな	10g	薄口しょうゆ	3g	塩	0.4g	けずりぶし	2g	水	100g	ひなあられ	1袋	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>分量(g)</th></tr> <tr><td>米</td><td>80g</td></tr> <tr><td>牛乳</td><td>1本</td></tr> <tr><td>生鯖</td><td>1切</td></tr> <tr><td>合わせみそ</td><td>8g</td></tr> <tr><td>さとう</td><td>4g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>1g</td></tr> <tr><td>土しよが</td><td>1g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>2g</td></tr> <tr><td>濃口しょうゆ</td><td>2g</td></tr> <tr><td>水</td><td>10g</td></tr> <tr><td>鶏肉</td><td>10g</td></tr> <tr><td>だいこん</td><td>20g</td></tr> <tr><td>カットえのき</td><td>8g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10g</td></tr> <tr><td>はくさい</td><td>20g</td></tr> <tr><td>青ねぎ(八幡産)</td><td>5g</td></tr> <tr><td>塩麩</td><td>5g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.2g</td></tr> <tr><td>薄口しょうゆ</td><td>2g</td></tr> <tr><td>けずりぶし</td><td>2g</td></tr> <tr><td>水</td><td>100g</td></tr> </table>		食材名	分量(g)	米	80g	牛乳	1本	生鯖	1切	合わせみそ	8g	さとう	4g	酒	1g	土しよが	1g	みりん	2g	濃口しょうゆ	2g	水	10g	鶏肉	10g	だいこん	20g	カットえのき	8g	にんじん	10g	はくさい	20g	青ねぎ(八幡産)	5g	塩麩	5g	塩	0.2g	薄口しょうゆ	2g	けずりぶし	2g	水	100g	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>分量(g)</th></tr> <tr><td>米</td><td>80g</td></tr> <tr><td>牛乳</td><td>1本</td></tr> <tr><td>牛肉</td><td>25g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.2g</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.02g</td></tr> <tr><td>ガーリックパウダー</td><td>0.05g</td></tr> <tr><td>赤ワイン</td><td>1g</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>0.5g</td></tr> <tr><td>じゃがいも</td><td>50g</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>50g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>20g</td></tr> <tr><td>マッシュルーム</td><td>5g</td></tr> <tr><td>小麦粉</td><td>5g</td></tr> <tr><td>マーガリン</td><td>5g</td></tr> <tr><td>トマトケチャップ</td><td>4g</td></tr> <tr><td>ウスターソース</td><td>1g</td></tr> <tr><td>デミグラスソース</td><td>10g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.6g</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.02g</td></tr> <tr><td>ローリエ</td><td>0.02g</td></tr> <tr><td>オールスパイス</td><td>0.02g</td></tr> <tr><td>トマトピューレ</td><td>3g</td></tr> <tr><td>チキンスープ</td><td>6g</td></tr> <tr><td>水</td><td>80g</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>40g</td></tr> <tr><td>ピッコロハム(チキン)</td><td>10g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.2g</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.02g</td></tr> <tr><td>酢</td><td>1g</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>0.5g</td></tr> <tr><td>濃口しょうゆ</td><td>0.5g</td></tr> </table>		食材名	分量(g)	米	80g	牛乳	1本	牛肉	25g	塩	0.2g	こしょう	0.02g	ガーリックパウダー	0.05g	赤ワイン	1g	サラダ油	0.5g	じゃがいも	50g	たまねぎ	50g	にんじん	20g	マッシュルーム	5g	小麦粉	5g	マーガリン	5g	トマトケチャップ	4g	ウスターソース	1g	デミグラスソース	10g	塩	0.6g	こしょう	0.02g	ローリエ	0.02g	オールスパイス	0.02g	トマトピューレ	3g	チキンスープ	6g	水	80g	キャベツ	40g	ピッコロハム(チキン)	10g	にんじん	10g	塩	0.2g	こしょう	0.02g	酢	1g	サラダ油	0.5g	濃口しょうゆ	0.5g	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>分量(g)</th></tr> <tr><td>味付けパン</td><td>1こ</td></tr> <tr><td>牛乳</td><td>1本</td></tr> <tr><td>鶏肉</td><td>1切</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.2g</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.03g</td></tr> <tr><td>おろしにんにく</td><td>0.3g</td></tr> <tr><td>塩麩</td><td>3g</td></tr> <tr><td>カレー粉</td><td>0.5g</td></tr> <tr><td>トマトケチャップ</td><td>3g</td></tr> <tr><td>さとう</td><td>1.5g</td></tr> <tr><td>ウスターソース</td><td>2g</td></tr> <tr><td>サラダ油</td><td>0.3g</td></tr> <tr><td>ポークララジ</td><td>25g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>15g</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>40g</td></tr> <tr><td>キャベツ</td><td>20g</td></tr> <tr><td>じゃがいも</td><td>25g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.4g</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.02g</td></tr> <tr><td>チキンスープ</td><td>6g</td></tr> <tr><td>ローリエ</td><td>0.01g</td></tr> <tr><td>水</td><td>50g</td></tr> </table>		食材名	分量(g)	味付けパン	1こ	牛乳	1本	鶏肉	1切	塩	0.2g	こしょう	0.03g	おろしにんにく	0.3g	塩麩	3g	カレー粉	0.5g	トマトケチャップ	3g	さとう	1.5g	ウスターソース	2g	サラダ油	0.3g	ポークララジ	25g	にんじん	15g	たまねぎ	40g	キャベツ	20g	じゃがいも	25g	塩	0.4g	こしょう	0.02g	チキンスープ	6g	ローリエ	0.01g	水	50g	<table border="1"> <tr><th>食材名</th><th>分量(g)</th></tr> <tr><td>米</td><td>65g</td></tr> <tr><td>もち米</td><td>10g</td></tr> <tr><td>赤飯用あずき</td><td>10g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.1g</td></tr> <tr><td>ごまじお</td><td>1袋</td></tr> <tr><td>牛乳</td><td>1本</td></tr> <tr><td>鶏ミンチ</td><td>50g</td></tr> <tr><td>豚ミンチ</td><td>10g</td></tr> <tr><td>たまねぎ</td><td>30g</td></tr> <tr><td>青ねぎ(八幡産)</td><td>2g</td></tr> <tr><td>土しよが</td><td>1g</td></tr> <tr><td>薄口しょうゆ</td><td>0.7g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.2g</td></tr> <tr><td>こしょう</td><td>0.02g</td></tr> <tr><td>片栗粉</td><td>4g</td></tr> <tr><td>濃口しょうゆ</td><td>3g</td></tr> <tr><td>さとう</td><td>2g</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>2g</td></tr> <tr><td>酒</td><td>2g</td></tr> <tr><td>片栗粉</td><td>0.5g</td></tr> <tr><td>水</td><td>5g</td></tr> <tr><td>豆腐</td><td>20g</td></tr> <tr><td>にんじん</td><td>10g</td></tr> <tr><td>カットえのき</td><td>8g</td></tr> <tr><td>小松菜</td><td>10g</td></tr> <tr><td>塩</td><td>0.3g</td></tr> <tr><td>薄口しょうゆ</td><td>4g</td></tr> <tr><td>けずりぶし</td><td>2g</td></tr> <tr><td>水</td><td>100g</td></tr> </table>		食材名	分量(g)	米	65g	もち米	10g	赤飯用あずき	10g	塩	0.1g	ごまじお	1袋	牛乳	1本	鶏ミンチ	50g	豚ミンチ	10g	たまねぎ	30g	青ねぎ(八幡産)	2g	土しよが	1g	薄口しょうゆ	0.7g	塩	0.2g	こしょう	0.02g	片栗粉	4g	濃口しょうゆ	3g	さとう	2g	みりん	2g	酒	2g	片栗粉	0.5g	水	5g	豆腐	20g	にんじん	10g	カットえのき	8g	小松菜	10g	塩	0.3g	薄口しょうゆ	4g	けずりぶし	2g	水	100g
食材名	分量(g)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
米	75g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
発芽玄米	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
牛乳	1本																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
鶏肉	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
さつま揚げ	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
ごぼう	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
にんじん	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
たけのこ(水煮)	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
板こんにゃく	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
サラダ油	0.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
さとう	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
濃口しょうゆ	4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
みりん	0.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
けずりぶし	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
水	40g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
切干天根	3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
にんじん	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
たまねぎ	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
油揚げ	7g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
青ねぎ(八幡産)	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
八幡のみそ	9g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
八幡の白みそ	3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
けずりぶし	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
水	100g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
食材名	分量(g)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
米	70g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
米酢	11g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
上白糖	7g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
塩	0.7g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
ちりめんじゃこ	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
たけのこ(水煮)	4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
にんじん	6g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
高野豆腐	0.8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
干しいたけ	0.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
さとう	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
濃口しょうゆ	4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
酒	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
だし汁	8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
きぬさや	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
牛乳	1本																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
鶏肉	70g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
濃口しょうゆ	1.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
酒	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
白ねぎ	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
濃口しょうゆ	3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
さとう	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
みりん	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
片栗粉	0.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
水	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
豆腐	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
たまねぎ	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
にんじん	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
西洋種なばな	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
薄口しょうゆ	3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
塩	0.4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
けずりぶし	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
水	100g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
ひなあられ	1袋																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
食材名	分量(g)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
米	80g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
牛乳	1本																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
生鯖	1切																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
合わせみそ	8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
さとう	4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
酒	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
土しよが	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
みりん	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
濃口しょうゆ	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
水	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
鶏肉	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
だいこん	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
カットえのき	8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
にんじん	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
はくさい	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
青ねぎ(八幡産)	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
塩麩	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
塩	0.2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
薄口しょうゆ	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
けずりぶし	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
水	100g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
食材名	分量(g)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
米	80g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
牛乳	1本																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
牛肉	25g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
塩	0.2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
こしょう	0.02g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
ガーリックパウダー	0.05g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
赤ワイン	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
サラダ油	0.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
じゃがいも	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
たまねぎ	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
にんじん	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
マッシュルーム	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
小麦粉	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
マーガリン	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
トマトケチャップ	4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
ウスターソース	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
デミグラスソース	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
塩	0.6g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
こしょう	0.02g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
ローリエ	0.02g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
オールスパイス	0.02g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
トマトピューレ	3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
チキンスープ	6g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
水	80g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
キャベツ	40g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
ピッコロハム(チキン)	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
にんじん	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
塩	0.2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
こしょう	0.02g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
酢	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
サラダ油	0.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
濃口しょうゆ	0.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
食材名	分量(g)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
味付けパン	1こ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
牛乳	1本																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
鶏肉	1切																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
塩	0.2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
こしょう	0.03g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
おろしにんにく	0.3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
塩麩	3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
カレー粉	0.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
トマトケチャップ	3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
さとう	1.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
ウスターソース	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
サラダ油	0.3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
ポークララジ	25g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
にんじん	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
たまねぎ	40g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
キャベツ	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
じゃがいも	25g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
塩	0.4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
こしょう	0.02g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
チキンスープ	6g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
ローリエ	0.01g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
水	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
食材名	分量(g)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
米	65g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
もち米	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
赤飯用あずき	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
塩	0.1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
ごまじお	1袋																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
牛乳	1本																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
鶏ミンチ	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
豚ミンチ	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
たまねぎ	30g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
青ねぎ(八幡産)	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
土しよが	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
薄口しょうゆ	0.7g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
塩	0.2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
こしょう	0.02g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
片栗粉	4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
濃口しょうゆ	3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
さとう	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
みりん	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
酒	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
片栗粉	0.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
水	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
豆腐	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
にんじん	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
カットえのき	8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
小松菜	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
塩	0.3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
薄口しょうゆ	4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
けずりぶし	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
水	100g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
<p>ごはん 牛乳 鯖のみそ煮 塩こうじ汁</p>				<p>ライス 牛乳 ビーフシチュー キャベツとハムの ドレッシングあえ</p>		<p>味つけコッペパン 牛乳 タンドリーチキン ポトフ</p>		<p>赤飯 ごまじお 牛乳 甘辛つくね 豆腐のすまし汁</p>																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
<p>※ 中学生は表示より約1.2~1.3倍の分量です。 ※ kcal表示は 小:小学生、中:中学生です。 ※ 野菜や献立は天候等により変更になる場合があります。</p>																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									

3月10日(火)	3月11日(水)	3月12日(木)	3月13日(金)
ごはん 牛乳 にしんの塩焼き ひじきと大豆の煮物 じゃがいものみそ汁	ごはん 牛乳 厚揚げのチリソース 中華風コーンスープ	ごはん 牛乳 肉団子のスープ ちくわとごぼうのきんぴら	ゆかりご飯 牛乳 鶏肉のから揚げ みつばとふのすまし汁

食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	80 g	米	80 g	米	80 g	米	80 g
牛乳	1 本	牛乳	1 本	牛乳	1 本	ゆかり	2 g
にしん-塩	1 切	厚揚げ	50 g	豚ミンチ	25 g	牛乳	1 本
サラダ油	0.3 g	豚ミンチ	20 g	鶏ミンチ	25 g	鶏肉	70 g
芋ひじき	2.5 g	たまねぎ	30 g	青ねぎ(八幡産)	2 g	濃口しょうゆ	2 g
にんじん	10 g	白ねぎ	5 g	土しょうが	0.5 g	酒	1 g
油揚げ	7 g	土しょうが	1 g	塩	0.1 g	ジンジャーパウダー	0.05 g
大豆(乾)	5 g	トマトケチャップ	8 g	こしょう	0.02 g	ガーリックパウダー	0.05 g
サラダ油	1 g	さとう	1.8 g	酒	0.5 g	片栗粉	6 g
さとう	2 g	酒	1.5 g	濃口しょうゆ	1 g	米粉	4 g
濃口しょうゆ	3.5 g	片栗粉	0.6 g	片栗粉	3 g	揚げ油	9 g
酒	1 g	チキンスープ	3 g	普通春雨	5 g	みつば	3 g
けずりぶし	0.5 g	トウバンジャン	0.1 g	にんじん	10 g	てまりふ	1.5 g
水	20 g	塩	0.3 g	チンゲンサイ	15 g	かまぼこ	10 g
にんじん	5 g	こしょう	0.02 g	薄口しょうゆ	3 g	にんじん	10 g
たまねぎ	20 g	サラダ油	1 g	塩	0.3 g	カットえのき	8 g
じゃがいも	30 g	液卵	20 g	こしょう	0.02 g	薄口しょうゆ	3 g
青ねぎ(八幡産)	5 g	鶏肉	10 g	けずりぶし	2 g	塩	0.4 g
八幡のみそ	9 g	たけのこ(水煮)	10 g	水	100 g	けずりぶし	2 g
八幡の白みそ	3 g	にんじん	10 g	にんじん	25 g	だしこんぶ	1 g
けずりぶし	2 g	コーンクリーム	30 g	ごぼう	20 g	水	100 g
水	100 g	青ねぎ(八幡産)	5 g	れんこん	5 g		
		塩	0.5 g	ちくわ	10 g		
		薄口しょうゆ	2 g	さとう	1.5 g		
		チキンスープ	6 g	濃口しょうゆ	3.6 g		
		ごま油	0.5 g	みりん	0.5 g		
		片栗粉	1 g	サラダ油	1 g		
		水	100 g	白いりごま	1 g		

八幡食育の日

3月16日(月)	3月17日(火)	3月18日(水)	4月の給食について
ごはん 牛乳 あじのねぎソース 五目汁	カレーライス 牛乳 カラフルソテー フルーツパフェ 	コーンライス 牛乳 じゃがいもと鶏肉のトマト煮 フルーツヨーグルト	<p>新2~6年生</p> <p>4月9日(木)</p> <p>から</p> <p>はじまります。</p>
	6年生給食終了		

食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	80 g	米	74 g	米	70 g
牛乳	1 本	麦	6 g	ホールコーン	15 g
あじ	1 切	牛肉	15 g	塩	0.3 g
酒	0.1 g	塩	0.3 g	こしょう	0.02 g
濃口しょうゆ	0.1 g	こしょう	0.04 g	濃口しょうゆ	1 g
土しょうが	0.1 g	ジンジャーパウダー	0.04 g	チキンスープ	10 g
片栗粉	3 g	ガーリックパウダー	0.04 g	パセリ(乾)	0.03 g
米粉	2 g	サラダ油	1 g	オリーブ油	1 g
揚げ油	5 g	たまねぎ	60 g	牛乳	1 本
青ねぎ(八幡産)	10 g	にんじん	20 g	鶏肉	40 g
さとう	2 g	じゃがいも	50 g	じゃがいも	40 g
みりん	2 g	チキンスープ	5 g	にんじん	20 g
濃口しょうゆ	2 g	マーガリン	6 g	たまねぎ	40 g
酢	1 g	小麦粉	6 g	ブロッコリー	10 g
酒	2 g	ペ-ストチャツネ	1.5 g	トマトピューレ	20 g
水	6 g	塩	0.8 g	さとう	1.5 g
白いりごま	1 g	こしょう	0.02 g	塩	0.2 g
豚肉	10 g	オールスパイス	0.02 g	こしょう	0.03 g
土しょうが	0.5 g	赤ワイン	2 g	濃口しょうゆ	2 g
にんじん	10 g	トマトケチャップ	2 g	薄口しょうゆ	1 g
たまねぎ	20 g	ウスターソース	1 g	チキンスープ	15 g
にら	5 g	カレー粉	0.5 g	水	40 g
太もやし	20 g	カルダモン	0.01 g	バナナアップル(缶)	20 g
薄口しょうゆ	4 g	コリアンダー	0.01 g	うんしゅうみかん(缶)	20 g
塩	0.3 g	ローリエ	0.01 g	黄桃(缶)	15 g
こしょう	0.02 g	水	90 g	ヨーグルト	40 g
けずりぶし	2 g	牛乳	1 本	上白糖	3 g
水	100 g	ピッコロハム(チキン)	15 g		
		ホールコーン	15 g		
		むき枝豆	10 g		
		にんじん	10 g		
		塩	0.1 g		
		こしょう	0.02 g		
		サラダ油	1 g		
		黄桃(缶)	20 g		
		カットゼリーいちご味	30 g		
		コーンフレーク	5 g		
		ホイップクリーム	35 g		
		ストロベリーソース	5 g		

3月の平均栄養量		
区分	小学校	中学校
エネルギー	638kcal	784kcal
たんぱく質	26.9g	32.4g

新2~6年生
4月9日(木)
から
はじまります。

給食エプロンの返却について

3月18日(水)で今年度の給食が終了します。

給食当番の人は給食エプロンを洗濯し、アイロンがけをして修了式までに(6年生は卒業式までに)返却していただきますようお願いいたします。

もし、エプロンや帽子のほつれ等に気づかれた場合は、補修していただけます。

ご協力よろしくお願ひします。

