



平成 30年度3月中学校給食予定献立表

三島市立錦田学校給食共同調理場

日	献立名	主に体の組織をつくる		主に体の調子を整える		主にエネルギーになる		エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		食品	群	食品	群	食品	群	
1 (月)	中華丼	豚肉・いか・えび うすら卵	牛乳	人参	白菜・筍・玉葱 グリーンピース・干し椎茸 きくらげ	精白米・麦 でん粉・砂糖	食物油 ごま油 かき油	803kcal 28.3g
	春雨サラダ	ポークハム		人参	きゅうり・ホールコーン缶 いちごソース	春雨・砂糖	ごま油	
	ひな祭りデザート	豆乳	生クリーム			砂糖		
4 (月)	【受験応援献立】 ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		809kcal 30.3g
	ヒレカツ	豚肉・鶏卵				小麦粉・パン粉 砂糖	食物油	
	蒸しキャベツ(ソース)				キャベツ			
	切り昆布のピリ辛煮 みそ汁 お米のムース	豚肉 豆腐・油揚げ・みそ 卵・大豆	昆布 わかめ 牛乳	人参 小松菜	干し椎茸 大根		ごま油・ごま	
7 (木)	みそラーメン・牛乳 (中華めん)	豚肉 みそ	牛乳 わかめ	人参	玉葱・筍・キャベツ もやし・ホールコーン 葉葱	中華めん	食物油 ごま油 ごま	760kcal 35.4g
	しらす入りしゅうまい		しらす・たら 魚介エキス		玉葱	強力粉・でん粉	かき油	
	おひたし			小松菜・人参	白菜・ホールコーン			
	型抜きチーズ		チーズ					
8 (金)	手巻き寿司(麦・酢・のり)・牛乳		牛乳・のり			精白米・麦		890kcal 32.9g
	厚焼きたまご	鶏卵						
	鶏そばろ	鶏肉・鶏卵		人参	干し椎茸 キャベツ・きゅうり ホールコーン缶	砂糖	マヨネーズ ごま	
	カニサラダ	かに棒肉		小松菜・人参	大根・えのき茸 いよかん	焼き豆腐 砂糖・小麦粉	バター	
11 (月)	みそ汁	豆腐・かまぼこ						937kcal 25.8g
	国産伊予柑タルト	鶏卵	乳製品					
	ハヤシライス(麦)・牛乳	牛肉	牛乳・チーズ 脱脂粉乳	トマトソース 人参・トマト缶 人参	玉葱・グリーンピース	精白米・麦 じゃがいも・小麦粉	バター 食物油 ごま油	
	じゃが芋の中華サラダ				キャベツ・きゅうり ホールコーン缶 いちご果肉	じゃがいも・砂糖	ごま油	
12 (火)	ストロベリーフレッシュ					砂糖		897kcal 34.4g
	【ふるさと給食献立】 さくらご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		
	さばのおろしかけ	さば			大根	でん粉・小麦粉・砂糖	食物油	
	ごま和え 豚汁 ミニトマト クレープ	豚肉・豆腐・みそ 鶏卵・大豆		ほうれん草 人参・葉葱 ミニトマト	キャベツ 大根・ごぼう ミニトマト	砂糖 里芋・こんにゃく	ごま	
14 (木)	ご飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		968kcal 41.4g
	手作りハンバーグ(ソース)	豚肉・牛肉・鶏卵 豆腐・おから	ひじき 脱脂粉乳		玉葱・しめじ	パン粉・砂糖	バター 食物油	
	ジャーマンポテト	ポークウィンナー	チーズ		玉葱 グリーンピース	じゃがいも	食物油	
	白菜スープ かつおふりかけ	豚肉 かつお		人参	白菜・玉葱・しめじ		ごま	
15 (金)	揚げパン・牛乳 ポトフ	きな粉 鶏肉 ポークウィンナー	牛乳	人参	玉葱・セロリー キャベツ	パン・砂糖 じゃがいも マカロニ	食物油	864kcal 31.1g
	ヨーグルト和え		ヨーグルト		パイン缶・もも缶 みかん缶・りんご			
	アーモンドフィッシュ		小魚				アーモンド・ごま	
18 (月)	【卒業・進級お祝い献立】 わかめ飯(麦)・牛乳		牛乳			精白米・麦		728kcal 27.7g
	えびフライ(ソース)	えび・鶏卵				小麦粉・パン粉	食物油・ごま	
	三島コロッケ				玉葱	じゃがいも・パン粉	食物油	
	からし和え			小松菜・人参	白菜			
	みそ汁	豆腐・みそ	わかめ	葉葱・人参	玉葱			
	お祝いケーキ	鶏卵・豆乳	乳製品		いちご	砂糖・米粉	食物油	

【お知らせ】

◆今月の給食回数は、9回の予定です。

錦田中学校：5日(火)・6日(水)・13日(水)・14日(木)は、給食がありません。

山田中学校：5日(火)・6日(水)・13日(水)は、給食がありません。

14(木)は、3年生の給食がありません。



天候により、食材が変更になる場合があります。

今月の学校給食で使用している小松菜・人参は三島市山田地区の杉本正博さん、しめじは川原ヶ谷地区の長谷川健一さん、ほうれん草・大根・葉葱は山田貴臣さん、里いもは杉本隆さん、キャベツは塚原地区の河崎剛さん、白菜は三ツ谷地区の高橋博幸さんの畑で栽培されたものです。

◎3月12日のミニトマトは、JA教育活動助成事業により無償提供させていただきます。

