

平成 26 年度 3 月中学校給食予定献立表



三島市立北学校給食共同調理場

日	献立名	主に体の組織をつくる食品群	主に体の調子を整える食品群	主にエネルギーになる食品群	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
2月	ご飯(麦)・牛乳 手巻き寿司・合わせ酢・のり ・焼き肉 ・カニサラダ すまし汁 三食ゼリー	☆牛乳 のり 牛肉・豚肉 カニ風味かまぼこ 豆腐・はんぺん	☆小松菜・人参 玉葱 もも(缶) ☆キャベツ・きゅうり ☆ほうれん草 人参	☆精白米・麦 食物油 マヨネーズ ごま ゼリーの素	866kcal 32.8g
3月(火)	ご飯(麦)・牛乳 あしたカツ 蒸しキャベツ(ソース) みそじゃがバター トマトと卵のスープ 果物	☆牛乳 ☆牛肉・☆豚肉 みそ 鶏卵・ベーコン わかめ	玉葱 根深ねぎ トマト(缶)・人参 玉葱 果物	☆精白米・麦 パン粉・小麦粉 キャベツ じゃが芋 でん粉 食物油 ごま バター 食物油	788kcal 26.2g
6月(金)	ソフト麺・牛乳 クリームスパゲティー フレンチサラダ 果物	☆牛乳 ☆牛乳・生クリーム・チーズ 脱脂粉乳 ポークハム チーズ	☆ほうれん草 玉葱 ☆キャベツ・きゅうり レタス・ホールコーン(缶) 果物	ソフト麺 小麦粉 バター 食物油 食物油	872kcal 37.5g
9月	赤飯・牛乳・ごま塩 三島コロッケ エビフライ ツナサラダ 貝たくさん汁 デザート	☆牛乳 豚肉・鶏卵 えび・鶏卵 まぐろ油漬け みそ 鶏卵 脱脂粉乳	玉葱 人参 きゅうり・☆キャベツ ホールコーン(缶) ☆小松菜・人参 ☆大根 いちご	もち米 ☆じゃが芋・パン粉 食物油 小麦粉・パン粉 食物油 食物油 ごま ☆さつま芋 小麦粉 食物油	819kcal 25.8g
10月(火)	ご飯(麦)・牛乳 かますの野菜あんかけ ぶどう豆 豚汁 お茶卵ふりかけ ミニトマト	☆牛乳 かます 大豆 豆腐・豚肉・みそ 鶏卵 のり	人参 昆布 人参・☆葉葱 煎茶・抹茶 ☆ミニトマト	☆精白米・麦 でん粉 食物油 里芋・こんにゃく 食物油 ごま	735kcal 29.9g
11月(水)	U-17 700 ご飯(麦)・牛乳 鶏肉のプレザー グリーンサラダ もずくスープ 果物	☆牛乳 生クリーム 鶏肉 もずく	玉葱 マッシュルーム ☆キャベツ・きゅうり レタス・ホールコーン(缶) 人参 人参	☆精白米・麦 小麦粉 バター 食物油 でん粉 食物油	769kcal 28.7g
12月(木)	ご飯(麦)・牛乳 魚のカシューナッツ和え ひじきの炒め煮 けんちん汁 加工小魚	☆牛乳 さわら さつま揚げ・大豆 油揚げ ひじき 豆腐・鶏肉 かたくちいわし	ピーマン 人参 さやいんげん 人参・☆葉葱 ☆大根・ごぼう	☆精白米・麦 でん粉 食物油 食物油 じゃが芋 こんにゃく・でん粉 でん粉 ごま	832kcal 34.6g
16月(月)	ご飯(麦)・牛乳 シシャモフライ 家常豆腐 かきたまみそ汁 大豆のふりかけ 果物	☆牛乳 ししゃも 豆腐・豚肉 鶏卵・みそ わかめ 大豆・かつお削り節 ちりめんじゃこ	人参 ☆小松菜 人参	☆精白米・麦 パン粉・小麦粉 食物油 でん粉 食物油 食物油 ごま	858kcal 36.0g
17月(火)	アーモンドトースト ロールパン・牛乳 八宝菜(うずらの卵) フルーツジュレ	☆牛乳 豚肉・むきえび いか・うずらの卵	人参 チンゲンサイ 人参 ☆キャベツ・玉葱・筍 干し椎茸 (みかん・パイ・もも)缶 キウイ	パン パン でん粉 食物油 ごま油 アセロラジュレ	931kcal 33.2g
18月(水)	ご飯(麦)・牛乳 カレーライス 福神漬け ビーンズサラダ 果物	☆牛乳 脱脂粉乳・チーズ 人参 人参 大豆	玉葱 グリーンピース 福神漬け ☆キャベツ・きゅうり ホールコーン(缶) 果物	☆精白米・麦 じゃが芋・カレー粉 食物油 マヨネーズ ごま	935kcal 28.6g

☆県内産食材 天候により、変更になる場合があります。

北中学校・・・4日・5日・11日・13日は給食がありません。
北上中学校・・・4日・5日・12日・13日は給食がありません。

10日に使用するミニトマトはJA三島函南さんより、無償で提供していただいた物です。味わっていただきますよう。
また、小松菜、ほうれん草、さつま芋は前島勲さんが、キャベツ、根深葱は杉山久雄さんが、さつま芋、大根は坂本芳昭さんが育てた野菜です。感謝していただきます。