

ひづけ 日付 (曜)	献立名	使用材料 (つかう たべもの)						こんげつ 今月の旬
		血や肉・骨になる食品(あか)		体の調子を整える食品(みどり)		熱や力になる食品(きいろ)		
		いちぐん 1群	にぐん 2群	ぐん 3群	ぐん 4群	ぐん 5群	ぐん 6群	
1 (月)	小麦ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう				こめ おおむぎ		キャベツ
	米粉のカレー	ぎゅうにく		にんじん	たまねぎ しょうが にんにく セロリ	こめ じゃがいも でんぷん あぶら		
	ひじきサラダ	まぐろあぶらづけ	ひじき		キャベツ	さとう あぶら		
2 (火)	お茶ときなこの揚げパン 牛乳	きなこ	ぎゅうにゅう			ちいさいロールパン さとう あぶら		あおさ なばな
	あおさうどん	とりにく	あおさ	にんじん	ねぎ たまねぎ	うどん あぶら		
	菜花ともやしの おかかあえ	かつおぶし		なばな	もやし			
3 (水)	牛乳 三色団子	ぎゅうにゅう				さんしよくだんご		キャベツ
	ちらしずし	とりにく		にんじん	ごぼう れんこん ほししいたけ	こめ さとう		
	白みそ汁	とうふ	しろみそ	こまつな	ねぎ だいこん もやし			
4 (木)	黒糖パン 牛乳	ぎゅうにゅう				ことうパン ぶどうゼリー		
	津ギョウザ	ぶたにく		にら	たまねぎ しょうが にんにく	ぎょうざのかわ あぶら		
	春雨スープ	とりにく		にんじん	ねぎ もやし しょうが	はるさめ あぶら		
5 (金)	赤飯 牛乳	ぎゅうにゅう				こめ もちこめ おいおいデザート		キャベツ
	三重県産プリの照り焼き	ブリ						
	キャベツともやしの しそあえ			しそこ	キャベツ もやし			
8 (月)	牛乳 ヨーグルト	ぎゅうにゅう		ヨーグルト				
	チキンライス	とりにく			たまねぎ	こめ おおむぎ あぶら		
	卵スープ	たまご		にんじん	こまつな ねぎ たまねぎ	でんぷん		
9 (火)	ロールパン 牛乳	ぎゅうにゅう				ロールパン		なばな
	サケのムニエル トマトソースかけ	サケ				こめこ さとう あぶら		
	菜花のクリーム煮	とりにく	なまクリーム	にんじん	なばな たまねぎ セロリ	じゃがいも あぶら		
10 (水)	小麦ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう				こめ おおむぎ		キャベツ
	カツオの竜田揚げ	カツオ			しょうが	でんぷん あぶら		
	豚汁	ぶたにく	あかみそ	ねぎ	たまねぎ キャベツ ごぼう こんにゃく			
11 (木)	米粉入りパン 牛乳	ぎゅうにゅう				こめこいりパン		なばな キャベツ
	和風野菜バーグ	とりにく	とうふ	にんじん	なばな れんこん しょうが	でんぷん さとう あぶら		
	野菜スープ	ベーコン		にんじん	たまねぎ キャベツ			
12 (金)	卒業式 ~おめでとう♪~							
15 (月)	小麦ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう				こめ おおむぎ		キャベツ
	ハヤシライス	ぎゅうにく		にんじん	トマトに たまねぎ にんにく セロリ	こめこ さとう あぶら		
	大豆サラダ	だいず		こまつな	キャベツ	さとう あぶら		
16 (火)	ロールパン 牛乳	ぎゅうにゅう				ロールパン		
	サバのカレームニエル	サバ		にんじん	チンゲンサイ	こめこ あぶら		
	青菜と豆腐のスープ	とりにく	とうふ		たまねぎ	あぶら		
17 (水)	小麦ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう				こめ おおむぎ		
	三重県産プリの南部焼き	ブリ				こめ	ごま	
	五目きんぴら	とりにく		にんじん	ごぼう しょうが こんにゃく	さとう	あぶら	
18 (木)	ロールパン 牛乳	ぎゅうにゅう				ロールパン		
	サワラのハーブグリル	サワラ				パンこ	あぶら	
	じゃがいものポタージュ		なまクリーム	にんじん	こまつな たまねぎ セロリ	こめこ じゃがいも	あぶら	
19 (金)	小麦ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう				こめ おおむぎ		
	厚揚げとうずら卵のみそ炒め	ぶたにく	うずらたまご	にんじん	チンゲンサイ たまねぎ しょうが こんにゃく	さとう	あぶら	
	チンゲンサイともやしの ごまあえ	あつあげ	あかみそ	こまつな	もやし		ごま	

※天候などにより、急に献立を変更する場合がありますので、ご理解いただきますようお願いいたします。

令和3年3月

学校給食献立予定表

香海中学校

ひづけ 日付 よえ	こん 献	だて 立	めい 名	し 使 用 材 料 (つかう たべもの)			こんげつ 今月の旬
				う 血 や 肉 ・ 骨 に なる 食品 (あか)	からだ 体の 調子 を整 える 食品 (みどり)	あつ 熱 や 力 に なる 食品 (きいろ)	

令和3年3月

学校給食献立予定表

香海中学校

ひづけ 日付 よえ	こん 献	だて 立	めい 名	し 使 用 材 料 (つかう たべもの)			こんげつ 今月の旬
				う 血 や 肉 ・ 骨 に なる 食品 (あか)	からだ 体の 調子 を整 える 食品 (みどり)	あつ 熱 や 力 に なる 食品 (きいろ)	





