

日	曜	主食	牛乳	献立名	赤の食品 体をつくる	黄の食品 熱ゆ力になる	緑の食品 体の調子を整える
3	月	麦飯	牛乳	ハヤシライス フルーツ豆花(トウファ)	牛乳、ぶた肉、生ク リーム、	むぎごはん、あぶら、 じゃがいも、こむぎ こ、バター、とうにゅ うデザート、	にんにく、しょうが、たまね ぎ、にんじん、しめじ、トマ ト、パイナップル、みかん、もも、パ ナナ、
4	火	ごはん	牛乳	野菜かき揚げ もやしと切干大根のサラダ 鶏すき煮	牛乳、とり肉、やき どうら、	ごはん、こむぎこ、 あぶら、白ごま、さ とう、くるまふ、	たまねぎ、にんじん、ごぼう、 しゅんぎく、きりぼし大根、も やし、きゅうり、白菜、たけの こ、ねぎ、こんにゃく、
5	水	ごはん	牛乳	さばの塩こうじ焼き 江戸っ子煮 根菜汁	牛乳、さば、ぶた 肉、だいず、こうや どうら、こんぶ、	ごはん、さとう、	しょうが、たけのこ、にんじ ん、こんにゃく、たまねぎ、ご ぼう、だいこん、
6	木	ごはん	牛乳	ターツァイパオズ ナムル 野菜タンメン	牛乳、ターサイパオ ズ、ぶた肉、	ごはん、さとう、ご まあぶら、中華め ん、あぶら、	もやし、にんじん、きゅうり、 しょうが、にんにく、たまね ぎ、チンゲンサイ、ねぎ、
7	金	揚げパン	牛乳	ベーコンポテトソテー わかめスープ	牛乳、きな粉、ベー コン、とり肉、きぬ どうら、わかめ、	ミルクコップ、グラ ニュー糖、あぶら、オ リーブ油、じゃがい も、ごまあぶら、	たまねぎ、パセリ、にんじん、 コーン、ねぎ、
10	月	ごはん	牛乳	たまご焼き 即席漬け 新じゃがのそぼろ煮	牛乳、だし巻き卵、 ぶたひき肉、あつあ げ、	ごはん、さとう、じゃ がいも、でんぶん、	キャベツ、きゅうり、しょう が、たまねぎ、にんじん、こん にゃく、
11	火	ごはん	牛乳	あじの香味ソース ひじきのピリ辛炒め めった汁	牛乳、あじ、ひじ き、ウインナー、み そ、	ごはん、こむぎこ、 でんぶん、あぶら、 さとう、さつまい も、	にんにく、しょうが、ねぎ、 コーン、たけのこ、にら、だい こん、にんじん、たまねぎ、し めじ、
12	水	麦飯	牛乳	うずら入り中華丼 ニラととうふのスープ ヨーグルト	牛乳、ぶた肉、うず ら卵、とりひき肉、 きぬどうら、ヨーグ ルト、	むぎごはん、あぶ ら、でんぶん、ごま あぶら、	しょうが、たまねぎ、にんじ ん、たけのこ、キャベツ、しめ じ、にら、
13	木	ごはん	牛乳	大豆と昆布のごまからめ カレーうどん	牛乳、だいず、かえ りぼし、こんぶ、ぶ た肉、うすあげ、	ごはん、でんぶん、 あぶら、白ごま、さ とう、うどん、	にんじん、たまねぎ、ねぎ、
14	金	ごはん	牛乳	シシリアンライス 具(肉、野菜) コンソメスープ マヨネーズ	牛乳、ぶた肉、み そ、ベーコン、	ごはん、あぶら、さ とう、でんぶん、マ ヨネーズ、	にんにく、しょうが、にんじ ん、たまねぎ、りんご、キャ ベツ、コーン、だいこん、しめ じ、
17	月	ごはん	牛乳	春雨のカラフル炒め 韓国風肉じゃが	牛乳、ぶたひき肉、 ぶた肉、	ごはん、あぶら、さと う、ごまあぶら、はる さめ、じゃがいも、ね りごま、	しょうが、にんにく、たまね ぎ、たけのこ、にんじん、に ら、ピーマン、ねぎ、
18	火			振替休日			
19	水	ごはん	牛乳	ぶりの色付け 青菜と切干の和え物 卵とじ	牛乳、ぶり、とり 肉、たまご、	ごはん、こむぎこ、 でんぶん、あぶら、 さとう、ごまあぶ ら、くるまふ、	しょうが、きりぼし大根、もや し、チンゲンサイ、たまねぎ、 にんじん、こんにゃく、小松 菜、
20	木	ごはん	牛乳	ちくわのいそべ揚げ ごま酢和え 豚汁	牛乳、ちくわ、あお のり、ぶた肉、み そ、	ごはん、天ぷら粉、あ ぶら、さとう、白ご ま、すりごま、	にんじん、小松菜、もやし、ご ぼう、だいこん、たまねぎ、こ んにゃく、ねぎ、
21	金	胚芽パン	牛乳	チキンバーベキューソース 野菜ソテー ポークビーンズ	牛乳、とり肉、ぶた 肉、だいず、	はいがりパン、さと う、あぶら、じゃが いも、	にんにく、しょうが、たまね ぎ、りんご、コーン、チンゲン サイ、にんじん、トマト、
24	月	麦飯	牛乳	カレーライス ひじきサラダ	牛乳、ぶた肉、チー ズ、ひじき、ツナ、	むぎごはん、あぶら、 じゃがいも、こむぎ こ、バター、さとう、 オリーブ油、	にんにく、しょうが、たまね ぎ、にんじん、りんご、キャ ベツ、
25	火	ごはん	牛乳	焼きギョウザ いそか和え ジャジャンどうら	牛乳、ギョウザ、の り、ぶたひき肉、あ つあげ、赤みそ、	ごはん、さとう、あ ぶら、でんぶん、ご まあぶら、	もやし、きゅうり、にんじん、 しょうが、にんにく、たまね ぎ、干しいたけ、たけのこ、ね ぎ、
26	水	ごはん	牛乳	ハムカツ じゃがいもの炒め物 豆乳みそ汁	牛乳、ハムカツ、豆 乳、みそ、	ごはん、あぶら、じゃ がいも、さとう、白ご ま、	ピーマン、こんにゃく、白菜、 たまねぎ、にんじん、小松菜、 えのき、ねぎ、
27	木	ごはん	牛乳	赤魚のねぎみそ焼き キャベツのゆかり和え かきたま汁 豆乳プリン	牛乳、あかうお、み そ、きぬどうら、た まご、	ごはん、さとう、で んぶん、プリン、	しょうが、ねぎ、キャベツ、 きゅうり、にんじん、しそ、た まねぎ、小松菜、
28	金	ミルク ロール	牛乳	メンチカツ トマトスパゲッティ スープ煮	牛乳、メンチカツ、 ベーコン、とり肉、	ミルクロール、あぶら、ス パゲッティ、オリーブ油、 さとう、じゃがいも、	にんにく、たまねぎ、しめじ、 トマト、パセリ、にんじん、 キャベツ、さやいんげん、

※給食で初めて食べる食材が出た場合、アレルギー反応が起こることがあります。  
子どもと確認・相談の上、食べるかどうかの判断をお願いいたします。

14日(金)は佐賀県の献立となります。