



平成29年3月分 学校給食献立予定表

ア：アレルギーを起こしやすい原材料
1日ごとのアレルギーが表示してありますので、各献立につきましては各学校にお問い合わせください。



1ねんかんのほんせいをしましょう

	月	火	水	木	金
	 こどものきほんてき せいかつしゅうかんの いくせい 「はやね・はやおき ・あさごはん」 まいつき19日は 「しょくいくのひ ～おうちでごはんのひ～」 これをきかいてきゅうしょくじかん や かいてのしょくじかんに 「しょく」について いろいろはなし あってみましょう。 毎月19日	 1ねんかんのほんせいをしましょう	1日 ごはん ぎゅうにゅう ぶたじる さばのしおやき ◎ブロッコリーのおかかあえ 【ぎゅうにゅう】 【ぶたにく】 【とうふ】 あかみそ さば かつおぶし こんにやく ごぼう だいこん にんじん ねぎ ブロッコリー	2日 サンドイッチパンズパン ぎゅうにゅう コーンクリームスープ てりやきバーガー(スライスチーズ) 【ぎゅうにゅう】 ベーコン ハンバーグ スライスチーズ たまねぎ にんじん パセリ ホールコーン クリームコーン	3日 ごはん ぎゅうにゅう かきたまじる てまきごはん・いかスティック・2こ ツナあえ(マヨネーズふうちようみりよう) てまきのり *おひなさまデザート 【ぎゅうにゅう】 【たまご】 とりにく かまぼこ いかスティック 【てまきのり】 マグロフレーク にんじん えのきたけ 【みつば】 ほししいたけ キャベツ きゅうり
赤					
緑					
黄					
ア					
	6日 ごはん ぎゅうにゅう すいとんじる シーちゃんタケちゃん 【ぎゅうにゅう】 あぶらあげ マグロフレーク	7日 ごはん ぎゅうにゅう けんちんじる あいちのキャベツいりつくね(おこのみソース) 【ぎゅうにゅう】 とりにく 【とうふ】 【あいちのキャベツいりつくね】	8日 クロスロールパン ぎゅうにゅう はるキャベツのスープ かぼちゃとおまめのコロッケ *とうにゅうプリン 【ぎゅうにゅう】 ベーコン とうにゅうプリン	9日 ソフトめん ぎゅうにゅう カレーソフトめん とりにくのりんごソース かたぬきレアチーズ 【ぎゅうにゅう】 【ぶたにく】 とりにく かたぬきレアチーズ	10日 むぎごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにくといとこんにやくのいりに いわしのうめに 【ぎゅうにゅう】 ぎゅうにく かまぼこ いわしのうめに
赤					
緑					
黄					
ア					
	13日 ごはん ぎゅうにゅう ごじる ひじきのいために *きよみオレンジ 【ぎゅうにゅう】 【ぶたにく】 だいず 【とうふ】 ミックスみそ ひじき マグロフレーク	14日 ごはん ぎゅうにゅう ポークカレー フルーツクリームヨーグルト ココアパウダー 【ぎゅうにゅう】 【ぶたにく】 ヨーグルト なまクリーム	15日 せきはん(ごましお) ぎゅうにゅう さくらのすまじる えびフライ・2こ(ソース) ポイルキャベツ *おいわいデザート 【ぎゅうにゅう】 かまぼこ 【とうふ】 えびフライ	16日 そつぎょうしき 【ぎゅうにゅう】 【ぶたにく】 とりにく かたぬきレアチーズ	17日 ごはん ぎゅうにゅう ちゃんこじる さわらのてりやき やさいふりかけ 【ぎゅうにゅう】 【ぶたにく】 いかだんご さわら
赤					
緑					
黄					
ア					
	20日 しゅんぶんのひ 【ごはん】 さといも あぶら さとう	21日 ごはん ぎゅうにゅう とうにゅういりみそじる れんこんサンドフライ(ソース) ポイルキャベツ 【ぎゅうにゅう】 とうにゅう 【とうふ】 あぶらあげ ミックスみそ だいこん にんじん えのきたけ ねぎ 【れんこんサンドフライ】 キャベツ	22日 ちゅうかめん ぎゅうにゅう とんこつラーメン はるまき ◎もやしのナムル 【ぎゅうにゅう】 【ぶたにく】 やきぶた かまぼこ はるまき キャベツ にんじん ホールコーン ねぎ もやし きゅうり	23日 わかめごはん ぎゅうにゅう にくじゃが てりどり 【ぎゅうにゅう】 ぎゅうにく とりにく こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん しょうが	 【ごはん】 あぶら さとう
赤					
緑					
黄					
ア					
	20日 しゅんぶんのひ 【ごはん】 さといも あぶら さとう	21日 ごはん ぎゅうにゅう とうにゅういりみそじる れんこんサンドフライ(ソース) ポイルキャベツ 【ぎゅうにゅう】 とうにゅう 【とうふ】 あぶらあげ ミックスみそ だいこん にんじん えのきたけ ねぎ 【れんこんサンドフライ】 キャベツ	22日 ちゅうかめん ぎゅうにゅう とんこつラーメン はるまき ◎もやしのナムル 【ぎゅうにゅう】 【ぶたにく】 やきぶた かまぼこ はるまき キャベツ にんじん ホールコーン ねぎ もやし きゅうり	23日 わかめごはん ぎゅうにゅう にくじゃが てりどり 【ぎゅうにゅう】 ぎゅうにく とりにく こんにやく たまねぎ にんじん さやいんげん しょうが	 【ごはん】 あぶら さとう

1ねんかんをふりかえてみましょう!

1ねんかんをふりかえて 「○(できた)」「△(ときどきできた)」「×(できなかった)」のしるしを()につけてみましょう!

①まいにち、あさごはんをたべた()



②1にち3しょく、のこさないでたべた()



③かんしょくは、じかんをきめてたべた()



④パランスよくたべた()



⑤かんしょくのきもちをわすれずにたべた()



できていないところは、らいねんにチャレンジしましょう。



⑥よくかんでたべた()



⑦ながらたべをしなかった()



⑧かんしょくは、りょうをきめてたべた()



⑨にがてもものがんばってたべた()



⑩みんなでなかよくたべた()



* 赤：おもにからだをつくるものになる * 緑：おもにからだのちようしをとのえる * 黄：おもにエネルギーのものになる

* * きよみオレンジのほうそうし、おひなさまデザート、とうにゅうプリン、おいわいデザートのからようき・スプーンはぎょうしやがかいしゅうします。 好評献立のレシピを公開しています

* サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしゅうします。

* ・ちさんちしょう・【】のしょくひんはあいちけんさんのものをしゅうしています。

* てんこうにより、さんちがへんこうすることがあります。

* こんだてめい()でさいせいのちようみりようは、こぶろタイプです。

◎しるしは、センターでドレッシングなどであえてあります。

* 1日、7日、13日、23日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがあります、食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。

