

3月

# こんだてよていひょう

令和6年3月 大槌町学校給食センター

日	献立名 	エネルギーのもとになる 	からだ 体をつくる 	からだ ちょうし 体の調子をととのえる 
1(金)	ちらしすし ぎゅうにゅう あじカレーフライ ちりめんじゃこあえ すましじる さくらもち	◎こめ さくらもち さとう パンこ こむぎこ あぶら	◎ぎゅうにゅう とうふ のり あさり あじ ちりめんじゃこ なると 	にんじん えだまめ たけのこ こまつな れんこん キャバツ かんぴょう もやし きゅうり しいたけ パプリカ ほうれんそう だいこん ☆ねぎ
4(月)	きなこあげパン ぎゅうにゅう チキンナゲット ナポリタンスパゲッティ やさいスープ	◎パン オリーブゆ さとう スパゲッティ あぶら こむぎこ	◎ぎゅうにゅう ◎ぶたにく きなこ とりにく たまご チーズ	にんにく にんじん たまねぎ セロリ キャバツ ブロッコリー ピーマン ☆ねぎ トマト
5(火)	ごはん ぎゅうにゅう シューマイ ポークカレー フルーツあんぱん	◎こめ あぶら こむぎこ カレールー パンこ ごまあぶら じゃがいも 	◎ぎゅうにゅう とりにく たまご ◎ぶたにく だっしふんにゅう	たまねぎ もも にんじん ラ・フランス グリーンピース みかん にんにく りんご
6(水)	わかめごはん ぎゅうにゅう ユーリンチー ごまあえ とんじる おいわいケーキ	◎こめ じゃがいも さとう ケーキ かたくりこ あぶら ごま	◎ぎゅうにゅう とうふ わかめ あぶらあげ ◎とりにく みそ ちくわ ◎ぶたにく	しょうが パプリカ にんにく にんじん ☆ねぎ だいこん ほうれんそう ごぼう もやし こんにゃく
7(木)	ごはん ぎゅうにゅう さけのやさいあんかけ とりにくとじゃがいものにも みそしる	◎こめ あぶら かたくりこ じゃがいも さとう	◎ぎゅうにゅう みそ さけ ◎とりにく とうふ あぶらあげ	たまねぎ にんじん パプリカ キャバツ にんじん ☆ねぎ えだまめ ほうれんそう 
8(金)	ごはん ぎゅうにゅう シューマイ ポークカレー フルーツあんぱん	◎こめ あぶら こむぎこ カレールー パンこ ごまあぶら じゃがいも	◎ぎゅうにゅう とりにく たまご ◎ぶたにく だっしふんにゅう 	たまねぎ もも にんじん ラ・フランス グリーンピース にんにく りんご
11(月)	きなこあげパン ぎゅうにゅう チキンナゲット ナポリタンスパゲッティ やさいスープ	◎パン オリーブゆ さとう スパゲッティ あぶら こむぎこ	◎ぎゅうにゅう ◎ぶたにく きなこ とりにく たまご チーズ	にんにく にんじん たまねぎ セロリ キャバツ ブロッコリー ピーマン ☆ねぎ トマト