



平成31年3月分 学校給食予定献立表

笠岡市学校給食センター

日付	こ ん だ て め い	お も な ざ い り よ う					
		体をつくるもとになる		体の調子をととのえる		エネルギーのもとになる	
1 (金)	《 桃の節句の献立 》 ひなずし 牛乳 菜の花あえ 赤だし ひしもち	牛乳 卵	あなご 鮭	いんげん 菜の花	にんじん キャベツ	米 じゃがいも	砂糖 ひしもち
4 (月)	カレーピラフ 牛乳 れんこんコロッケ パイんサラダ コンソメスープ ミルメーク	牛乳 ベーコン	若鶏肉	たまねぎ とうもろこし グリーンピース	にんじん マッシュルーム パイん キャベツ きゅうり しめじ パセリ	米 れんこんコロッケ 砂糖	バター 米油 じゃがいも ミルメーク
5 (火)	ごはん 牛乳 いかの煮つけ 五色あえ さつまいものみそ汁 味付けのり	牛乳 ささみフレーク みそ	いか 油あげ のり	にんじん とうもろこし たまねぎ ごぼう	キャベツ ほうれんそう だいこん にんじん	米 でん粉 さつまいも	砂糖 ごま油
6 (水)	《 中央小学校希望献立 》 笠岡ラーメン 牛乳 ポークシューマイ 茎わかめの中華あえ 杏仁豆腐	牛乳 ポークシューマイ 糸かまぼこ	親鶏肉 茎わかめ	しょうが メンマ ねぎ にんじん	たまねぎ もやし キャベツ	中華めん 杏仁豆腐	砂糖
7 (木)	ごはん 牛乳 さばのゆずみそ煮 たくあんあえ けんちん汁	牛乳 豆腐	さば 油あげ	キャベツ たくあん たまねぎ ねぎ	にんじん だいこん しめじ	米 こんにやく	ごま
8 (金)	ごはん 牛乳 八宝菜 バンサンスウ もち米蒸し	牛乳 えび うずら卵	豚肉 いか ハム	しょうが たまねぎ たけのこ ねぎ きゅうり	はくさい にんじん きくらげ キャベツ	米 ごま油 砂糖	でん粉 春雨 もち米蒸し
11 (月)	《 卒業お祝い献立 》 赤飯(ごま塩) 牛乳 さわらの塩焼き 酢の物 赤みそ仕立てつみれ汁 いちご大福	牛乳 さわら わかめ みそ	小豆 たこ つみれ 油あげ 豆腐	きゅうり ごぼう	にんじん ねぎ	米 もち米 砂糖	ごま さといも いちご大福 生麩
12 (火)	ビビンバ 牛乳 わかめスープ 清見オレンジ	牛乳 卵 豆腐 かまぼこ	牛肉 みそ わかめ	にんにく たけのこ 大豆もやし たまねぎ ねぎ えのきたけ 清見オレンジ	にんじん エリンギ チンゲンサイ	米 小麦 ごま油	砂糖
13 (水)	きなこ揚げパン 牛乳 スコッチエッグ そえ野菜 レタススープ	牛乳 スコッチエッグ 豆腐	きなこ ベーコン	キャベツ にんじん とうもろこし	きゅうり レタス たまねぎ	パン 米油	砂糖
14 (木)	ごはん 牛乳 肉じゃが 梅かつおあえ 小女子の佃煮	牛乳 がんもどき 小女子の佃煮	牛肉 かつおぶし	しょうが にんじん もやし ほうれんそう	たまねぎ さやいんげん キャベツ ねり梅	米 こんにやく	じゃがいも 砂糖
15 (金)	麦ごはん 牛乳 さばのカレーじょうゆかけ ひじきあえ 花切り大根のみそ汁	牛乳 ちりめん 豆腐 みそ	さば しそ味ひじき 油あげ	はくさい もやし 干しだいこん ねぎ	にんじん ほうれんそう たまねぎ	米 小麦	砂糖
18 (月)	ごはん 牛乳 若鶏肉の照り焼き はりはり漬け 生麩のすまし汁 梅干	牛乳 するめいか	若鶏肉	しょうが 干しだいこん きぬさや 梅干し	にんじん ほうれんそう えのきたけ	米 生麩	砂糖
19 (火)	シーフードカレー 牛乳 海藻サラダ ヨーグルト	牛乳 えび 脱脂粉乳 昆布	いか ほたて貝柱 糸かまぼこ ヨーグルト	にんじん にんにく グリーンピース キャベツ きゅうり もやし とうもろこし	たまねぎ しょうが りんご	米 小麦 バター	じゃがいも
20 (水)	もち麦ごはん 牛乳 いかのかりんとうがらめ しらすあえ 豚汁	牛乳 しらす干し 油あげ	いか 豚肉 みそ	しょうが こまつな だいこん にんじん	キャベツ もやし ごぼう はくさい ねぎ	米 でん粉 砂糖	もち麦 米油 ごま さつまいも こんにやく
22 (金)	《 お彼岸の献立 》 炊き込みごはん 牛乳 煮しめ ちぐさあえ ぼたもち	牛乳 干しほたて貝 若鶏肉 昆布	親鶏肉 油あげ ちくわ いか	ごぼう しめじ たけのこ 干しいたけ れんこん だいこん さやいんげん キャベツ もやし チンゲンサイ	にんじん	米 じゃがいも ごま	こんにやく 砂糖 おはぎ
25 (月)	ごはん 牛乳 ホキの南蛮漬け からし和え 厚あげのみそ汁	牛乳 しらす干し みそ	ホキ 厚あげ わかめ	たまねぎ ピーマン もやし こまつな にんじん えのきたけ ねぎ	赤ピーマン レモン キャベツ	米 砂糖	米油 じゃがいも

☆天候・食材調達の都合上、材料が変更する可能性があります。

