

# 3月 給食だより



真駒内中学校 ★ 平岸中学校

| 月  | 火   | 水  | 木                                       | 金   |
|--|---|--|---|---|
| <b>3</b><br>ごはん<br>マーボー豆腐<br>揚げえびシュウマイ<br>切り干し大根のナムル | <b>4</b><br>横割りバンズ<br>麦入り野菜スープ<br>焼きレバー入りハンバーグ<br>りんご<br>ケチャップソース | <b>5</b><br>カレーライス<br>コールスローサラダ<br> | <b>6</b><br>味噌ラーメン<br>きなこポテト<br>アイスクリーム | <b>7</b><br>ビビンパ<br>カレーコロケ<br>フルーツミックス  |
| <b>10</b><br>豚すき丼<br>みそ汁(もやし・油揚げ)<br>おひたし(小松菜・白菜)    | <b>11</b><br>揚げパン<br>ポテトスープ<br>小松菜とコーンのサラダ                        | <b>12</b><br>赤飯<br>けんちん汁<br>ザンギ<br>すだちゼリー  | <b>13</b><br>卒業式総練習                     | <b>14</b><br>卒業式<br> |
| <b>17</b><br>厚揚げ入り肉炒め丼<br>みそ汁<br>(キャベツ・油揚げ)<br>はっさく  | <b>18</b><br>背割りコッペ<br>コーンシチュー<br>焼きフランク<br>もやしのごまサラダ             |                                   |   |   |

## 調理員さんからのメッセージ

毎日美味しい給食を作っている調理員さんから在校生の皆さんへメッセージです♪

勉強や部活を頑張る皆さん! これからも栄養たっぷりの給食を食べて心も体も大きく成長して元気に学校生活を過ごしてくださいね。

進級おめでとうございます。これからも美味しくなあれの魔法で作るので一口でも多く食べてくれると嬉しいです。



たくさん食べてもらえて感謝です。これからも、食べたらず美味しいと笑顔になれる給食を作るように努力します。進級おめでとうございます



1,2年生のみなさん 進級おめでとうございます。これからも美味しい給食を作りたいと思いますのでたくさん食べてくださいね。

進級おめでとうございます。毎日たくさん食べてくれてとても嬉しいです。これからも美味しい給食を作っていきたいと思えます。



ご進級おめでとうございます。皆さんの学校生活の中で給食時間が楽しい時間になっていると嬉しいです。これからもたくさん食べてください。



【使用食品名一覧】

都合により、献立を変更させていただく場合があります。ご理解、ご了承をどうぞよろしくお願い致します。  
 (特に、青果物は天候等によって、入荷量及び価格が左右されるため、大量に使用する学校給食の場合、やむを得ず変更する場合があります。どうぞ、ご理解ご協力をお願いいたします。

|    |   |  |
|----|---|--|
| 3  | 月 | <マーボー豆腐>豆腐、豚ひき肉、にんじん、ながねぎ、干しいたけ<揚げエビシユウマイ>えびシユウマイ、揚げ油<切り干し大根のナムル>切り干し大根、ほうれんそう、にんじん、ハム                     |
| 4  | 火 | <麦入り野菜スープ>ベーコン、にんじん、たまねぎ、キャベツ、セロリ、おおむぎ<焼きレバー入りハンバーグ>レバー入りハンバーグ<ケチャップソース>ケチャップ、ウスターソース、きび砂糖、赤ワイン            |
| 5  | 水 | <カレーライス>鶏肉もも、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、セロリ、りんご、グリーンピース<br><コールスローサラダ>キャベツ、にんじん、ホールコーン                                |
| 6  | 木 | <味噌ラーメン>豚肉肩ひき肉、たまねぎ、にんじん、メンマ、長ねぎ、茎わかめ<br><きなこポテト>フレンチポテト冷凍、きなこ、揚げ油<アイスクリーム>アイスクリーム                         |
| 7  | 金 | <ピピンパ>おおむぎ、豚肉もも、焼き豆腐、メンマ、ながねぎ、にんじん、ほうれんそう、もやし<カレーコロッケ>ポテトコロッケ、揚げ油<フルーツミックス>みかん缶詰、パイナップ缶詰、黄桃缶詰、なし缶詰、なつみかん缶詰 |
| 10 | 月 | <豚すき丼>豚肉肩、しらたき、たまねぎ、たけのこ、たもぎたけ、ほうれんそう<味噌汁>もやし、油揚げ、みそ<br><おひたし>こまつな、はくさい。糸かつお                               |
| 11 | 火 | <揚げパン>コッペパン、揚げ油、グラニュー糖、シナモン<ポテトスープ>ベーコン、じゃがいも、にんじん、パセリ、たまねぎ<小松菜とコーンのサラダ>ハム、こまつな、ホールコーン、白ごま                 |
| 12 | 水 | <赤飯>もち米、甘納豆、黒ごま<けんちん汁>鶏肉もも、豆腐、つきこんにゃく、にんじん、だいこん、ごぼう、ながねぎ<ザンギ>鶏肉もも、しょうが、にんにく、揚げ油                            |
| 13 | 木 | 卒業式総練習   |
| 14 | 金 | 卒業式  |
| 17 | 月 | <厚揚げ入り肉炒め丼>豚肉肩、メンマ、にんじん、もやし、こまつな、たまねぎ<味噌汁>キャベツ、油揚げ、みそ  |
| 18 | 火 | <コーンシチュー>ホールコーン、クリームコーン、ベーコン、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、パセリ<br><焼きフランク>道ボークウインナー<もやしのごまサラダ>ほうれんそう、もやし、ホールコーン、にんじん     |

つと・白ちくわ(たら、でん粉、塩、砂糖)はんぺん(たら、でん粉、塩、砂糖、卵白)豆腐入りかまぼこ(たら、豆腐、でん粉、塩、さとう)ハム(豚肉、でん粉、塩、さとう、香辛料、リン酸塩)ベーコン(豚肉、塩、さとう)豆板醤(唐辛子、塩、みそ、みりん、そら豆粉、酒精、調味料(アミノ酸等)、PH調整剤)オイスターソース(かきエキス、果糖ぶどう糖、たん白加水分解物、塩、でん粉、さとう、酢、調味料(アミノ酸)、酒精、カラメル色素)

その他、加工食品についてはその都度変わりますので別途お問い合わせください。  
 ※パンについて…ソフトフランスパン以外は、乳製品(脱脂粉乳)と、卵(全卵)の使用があります。  
 ※海産物全般について…海洋生物(小さなかに・えびなど)が混入している場合があります。  
 \*学校により、献立が異なる場合があります。

使用食品の詳細については(平岸中まで)  
 ※なお、揚げ油は毎回新しい油ではなく、複数回の使用となりますので、ご了承よろしく  
 お願いいたします。

