令和６年（中学校）

３月献立表

あま市学校給食センター

日付	曜日	献立名	おもに ち・にく・ほねになるもの（あかいろ）		おもに からだのちょうしをととのえるもの（みどりいろ）		おもに はたらくちからになるもの（きいろ）		備考
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	
1	金	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん		
		おろしハンバーグ	ハンバーグ（とりにく　ぶたにく）			ハンバーグ（たまねぎ）　だいこん	さとう　かたくりこ		
		なのはなのあえもの	とりにく		**なのはな**	キャベツ		わふうﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	
		とうふのみそしる	とうふ　みそ　あぶらあげ	わかめ	**こまつな**　にんじん		じゃがいも		あま市の野菜 21日 ねぎ
		ひなあられ					ひなあられ（こめ さとう）		
4	月	カレーライス（むぎごはん）　牛乳	ぶたにく　みそ	牛乳	にんじん	にんにく　しょうが　たまねぎ	むぎごはん じゃがいも カレールウ（こむぎこ）	あぶら	
		フランクフルト	フランクフルト（ぶたにく）						
		ふくじんあえ				キャベツ ふくじんづけ（なす うり だいこん　れんこん　きゅうり）			
5	火	せきはん（ごましお）　牛乳		牛乳			せきはん	ごましお（ごま）	
		たれチキンカツ	チキンカツ（とりにく）				チキンカツ（こむぎこ）さとう	あぶら	３月の 愛知の野菜 「こまつな」「なのはな」
		さんしょくあえ			ほうれんそう　にんじん	はくさい	さとう		
		ふのすましじる	かまぼこ　とうふ			たまねぎ　だいこん　えのきたけ	ふ		
		おいわいケーキ	おいわいケーキ（とうにゅう）			おいわいケーキ（いちご）	おいわいケーキ（さとう こめこ）		
7	木	こめこパン　牛乳		牛乳			こめこパン		
		やきそば	ぶたにく　ちくわ　かつおぶし	あおのり	にんじん	キャベツ　しょうが	やきそば	あぶら	
		かぼちゃコロッケ			かぼちゃコロッケ（かぼちゃ）	かぼちゃコロッケ（たまねぎ）	かぼちゃコロッケ（じゃがいも こむぎこ さとう）	あぶら	
		フルーツあえ				パイナップル もも みかん レモン ゼリー（いちご みかん）	さとう ゼリー（さとう）		
8	金	ひじきごはん（ごはん）　牛乳	とりにく　あぶらあげ	牛乳　ひじき		とうもろこし	ごはん　さとう	あぶら	
		いわしのうめに	いわしのうめに（いわし）		いわしのうめに（しそ）	いわしのうめに（うめ）			
		さわにわん	ぶたにく		にんじん　みずな	ごぼう　たけのこ　えのきたけ			
		りんごのタルト	りんごのタルト（とうにゅう）			りんごのタルト（りんご）	りんごのタルト（さとう こめこ）		
11	月	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん		
		しゅうまい	しゅうまい（ぶたにく）			しゅうまい（たまねぎ）	しゅうまい（こむぎこ かたくりこ）		
		チンゲンサイのサラダ	とりにく		チンゲンサイ ほうれんそう		さとう	ごまあぶら	
		ちゅうかスープ	とりにく		にんじん	たまねぎ　とうもろこし　もやし			
		ヨーグルト		ヨーグルト			ヨーグルト（さとう）		
12	火	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん		かみかみの日 「昆布」
		ちくわのいそべあげ	ちくわ	あおのり			こむぎこ	あぶら	
		だいこんのにもの	ぶたにく　あつあげ		にんじん　さやいんげん	だいこん　しょうが	さとう　かたくりこ		
		しそあえ			みずな　しそ	はくさい			
13	水	きぬがさどん（ごはん）　牛乳	とりにく　あぶらあげ　たまご	牛乳		たまねぎ　ねぎ	ごはん　さとう		全国郷土料理の日 「京都府」
		さわらのさいきょうやき	さわらのさいきょうやき（さわら　みそ）						
		ゆばのすましじる	ゆば　とうふ	こんぶ	にんじん　みつば	しめじ			
		まっちゃだいず	まっちゃだいず（だいず）		まっちゃだいず（まっちゃ）		まっちゃだいず（さとう）		
14	木	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん		
		けんちんしのだのあんかけ	けんちんしのだ（とうふ あぶらあげ　さかなすりみ）	けんちんしのだ（ひじき）	けんちんしのだ（にんじん）		さとう　かたくりこ		
		にくじゃが	ぎゅうにく		にんじん	たまねぎ　こんにゃく　グリンピース	じゃがいも　さとう	あぶら	
		れんこんのゴマネーズあえ	ツナ			れんこん　きゅうり		ごま ﾉﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞ	
15	金	ミートソース（ソフトめん）　牛乳	ぶたにく　だいず	牛乳	にんじん　トマト	たまねぎ	ソフトめん さとう かたくりこ		
		あじフリッター	あじフリッター（あじ）				あじフリッター（こむぎこ）	あぶら	
		イタリアンサラダ			あかパプリカ	キャベツ　えだまめ		ｲﾀﾘｱﾝﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	
18	月	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん		
		とりにくのてりやき	とりにく				さとう　かたくりこ		
		はるキャベツのあえもの	ハム（ぶたにく）		ほうれんそう	はるキャベツ	さとう		
		たまねぎのみそしる	とうふ　みそ		にんじん	たまねぎ　えのきたけ　ねぎ			
		さくらもち					さくらもち（あずき もちごめ さとう）		
19	火	てづくりえびいりかきあげどん（ごはん てんつゆ）　牛乳	えび	牛乳	にんじん　みつば	たまねぎ　とうもろこし	ごはん こむぎこ かたくりこ てんつゆ（さとう）	あぶら	
		きりぼしだいこんサラダ	チキンハム（とりにく）			きりぼしだいこん　きゅうり	さとう		
		のっぺいじる			にんじん　**こまつな**	たけのこ　こんにゃく　しいたけ	さといも　かたくりこ		
21	木	ごはん　牛乳		牛乳			ごはん		食育の日 「ビタミン強化献立」
		いかフライのレモンソース	いかフライ（いか）			レモン	いかフライ（こむぎこ） さとう　かたくりこ	あぶら	
		はなやさいサラダ			ブロッコリー	カリフラワー　とうもろこし		ｺｰﾝｸﾘｰﾑﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ	
		ちゃんこじる	チキンボール（とりにく）		にんじん	もやし　たまねぎ　**ねぎ** チキンボール（たまねぎ）	チキンボール（こむぎこ）		
		きよみオレンジ				オレンジ			

毎月19日は食育の日 **“お家でごはんの日”**

※物資購入の都合により、献立及び食材を変更することがあります。
※2月・3月の給食費については無償です。