3月の献立表

建国幼・小・中・高等学校

日付	献立	主な材料名
2日(水)	十六穀米 鯖の塩焼き そぼろじゃが キャベツのおかか和え かき玉味噌汁 キムチ	十六穀米 塩さば 大葉 豚ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 キャベツ 花かつお 卵 青ねぎ キムチ
3日(木)	散らし寿司 天ぷら すまし汁	高野豆腐 人参 干し椎茸 ちりめん (冷)グリンピース 卵 さくらでんぷ 刻みの ピンク甘酢生姜 鶏むね肉 南瓜 (冷)れんこんスライス 卵 小麦粉 そうめん 三つ葉
4日(金)	担々麺 野菜と鶏肉のナムル わかめおにぎり	中華そば 豚ミンチ 土生姜 白ねぎ チンゲン菜 鶏むね肉 キャベツ 胡瓜 パプリカ(赤) 白ごま わかめご飯の素
5日(土)	カレーコロッケ スパゲティサラダ 竹輪の甘辛炒め 味噌汁	じゃが芋 玉ねぎ 合挽ミンチ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ スパゲティ 人参 胡瓜 卵 煮込み竹輪 つきこんにゃく(国) 玉ねぎ うす揚げ
7日(月)	鶏肉の照り焼き ひじき大豆 チンゲン菜のナムル 味噌汁	鶏もも肉 キャベツ ひじき 人参 煮込み竹輪 水煮大豆 うす揚げ チンゲン菜 人参 白ごま おつゆ麩 青ねぎ
8日(火)	肉わかめうどん きのこの炊き込みご飯	細うどん 牛肉 ごぼう(国) 人参 わかめ(国) 青ねぎ だし昆布 えのき茸 しめ えりんぎ 人参 うす揚げ
9日(水)	ロースカツ丼 じゃこ豆腐サラダ 味噌汁	豚ロースカツ肉 小麦粉 卵 パン粉 玉ねぎ 卵 青ねぎ 豆腐 キャベツ ちりめんじゃこ わかめ(国) じゃが芋 うす揚げ
10日(木)	≪パン給食≫ パン パンプキンシチュー 卵サラダ りんごジュース	ロールパン 鶏もも肉 南瓜 玉ねぎ 人参 牛乳 クリームシチュールウ 卵 キャベツ 胡瓜 パプリカ(赤) りんごジュース
11日(金)	キムチロールカツ 和風サラダ フライドポテト 味噌汁	豚ロース肉 キムチ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 大根 しらす わかめ(国) 人参 フレンチポテト 豆腐 青ねぎ
14日(月)	白身魚のフライ 千切り大根の炒めもの チンゲン菜のポン酢和え 味噌汁	骨なしホキ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 千切り大根 人参 煮込み竹輪 チンゲン菜 花かつお わかめ(国) うす揚げ
15日(火)	キムチチゲ れんこんの挟みフライ	豚肉 白菜 玉ねぎ にら 大根 えのき茸 豆腐 白菜キムチ 金平れんこん 鶏ももミンチ 玉ねぎ 土生姜 卵 小麦粉 卵 パン粉 白ごま
16日(水)	海老フライカレー ミモザサラダ	海老 小麦粉 卵 パン粉 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 バーモンドカレールー ジャワカレールー インドカレールー キャベツ 胡瓜 卵 人参
17日(木)	鶏肉のチンジャオロース 高野豆腐の玉子とじ キャベツの塩昆布和え 味噌汁	鶏むね肉 にんにく 片栗粉 水煮筍 玉ねぎ ピーマン 赤パプリカ 黄パプリカ 土生姜 高野豆腐 人参 卵 キャベツ 細切り塩吹き昆布 太もやし うす揚げ
18日(金)	ハンバーグ ポテトサラダ こんにゃくの甘辛煮 味噌汁	合挽きミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 キャベツ じゃが芋 人参 胡瓜 卵 つきこんにゃく(国) パプリカ(赤) 白ごま えのき茸 青ねぎ
19日(土)	五目うどん イカ&じゃが芋の唐揚げ おにぎり	細うどん すし揚げ 鶏もも肉 白菜 玉ねぎ 人参 干し椎茸 青ねぎ だし昆布 ロールイカ じゃが芋 卵 小麦粉 白ごま
22日(火)	鶏の唐揚げ ナポリタン 大根のナムル 味噌汁	鶏もも肉 にんにく 土生姜 卵 小麦粉 キャベツ スパゲティ 玉ねぎ ピーマン ポークハム 大根 胡瓜 白ごま 豆腐 青ねぎ
23日(水)	ビビンバ 竹輪の磯辺揚げ わかめスープ キムチ	合挽ミンチ ぜんまい ほうれん草 人参 大根 胡瓜 豆もやし 卵 煮込み竹輪 小麦粉 卵 青のり粉 わかめ(国) 白ごま だし昆布 キムチ

こども園 1日(火)	豚肉の生姜焼き 厚揚げ煮 チンゲン菜の磯和え 味噌汁	豚肉 玉ねぎ 太もやし キャベツ 土生姜 厚揚げ 人参 チンゲン菜 人参 刻みのり 花麩 青ねぎ
こども園 12日(土)	タコライス さつま芋フライ れんこんサラダ 卵スープ	合挽きミンチ 玉ねぎ キャベツ 玉ねぎ トマトホール缶 さつま芋 金平れんこん 人参 白ごま 卵 青ねぎ
15日(火)	中学3年生 卒業お祝い献立	キムチチゲ れんこんの挟みフライ 一口トンカツ フライドポテト フルーツヨーグルト
16日(水)	幼稚園 卒園お祝い献立	海老フライカレー ミモザサラダ いちご
16日(水)	小学6年生 卒業お祝い献立	海老フライカレー ステーキ ミモザサラダ フライドポテト いちご