

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(木)	さばの塩焼 大根と豚肉の煮物 キャベツの甘酢 味噌汁 キムチ	塩さば 大葉 豚肉 大根 人参 キャベツ 金平れんこん 豆腐 青ねぎ キムチ
3日(金)	散らし寿司 天ぷら すまし汁	高野豆腐 人参 干しいたけ ちりめんじゃこ (冷)グリーンピース 卵 さくらでんぶ 刻みのり ピンク甘酢生姜 鶏もも肉 南瓜 (冷)れんこんスライス 卵 小麦粉 そうめん みつ葉
4日(土)	豚キムチ炒め じゃが芋と竹輪煮 チンゲン菜のナムル 味噌汁	豚肉 じゃが芋 太もやし キムチ 玉ねぎ にんにく キャベツ じゃが芋 煮込み竹輪 人参 チンゲン菜 白ごま えのき茸 わかめ(国)
6日(月)	三色丼 大根ちりめんサラダ 味噌汁	鶏ももミンチ 玉ねぎ 土生姜 卵 チンゲン菜 刻みのり 大根 ちりめんじゃこ きゅうり 人参 南瓜 うす揚げ
7日(火)	揚げ鶏の酢豚風 スパゲティサラダ キャベツのおかか和え 味噌汁	鶏もも肉 片栗粉 玉ねぎ 人参 パプリカ(黄) ピーマン スパゲティ 人参 (冷)グリーンピース 卵 キャベツ 花かつお おつゆ麩 青ねぎ
8日(水)	あんかけ鶏卵うどん きのこの炊き込みご飯 漬物	細うどん 卵 鶏もも肉 青ねぎ 出し昆布 土生姜 片栗粉 えのき茸 しめじ エリンギ 人参 うす揚げ 黄沢庵
9日(木)	鶏肉のから揚げ フライドポテト 焼きそば 卵スープ	鶏もも肉 にんにく 土生姜 卵 キャベツ フライドポテト 焼きそば 豚バラスライス キャベツ 太もやし 人参 青のり粉 花かつお 卵 青ねぎ
10日(金)	ハンバーグ ポテトサラダ つきこんにやくの甘辛炒め 味噌汁	牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 卵 パン粉 スパゲティ じゃが芋 人参 (冷)グリーンピース 卵 つきこんにやく(国) 煮込み竹輪 パプリカ(赤) 白ごま 豆腐 青ねぎ
13日(月)	十六穀米 白身魚の竜田揚げ 麩と小松菜の卵とじ わかめの酢の物 味噌汁	十六穀米 骨なしホキ 土生姜 片栗粉 キャベツ レモン おつゆ麩 小松菜 人参 卵 わかめ(国) きゅうり 竹輪 そうめん うす揚げ
14日(火)	鶏肉のチンジャオロース 厚揚げ煮 白菜の甘酢 味噌汁	鶏もも肉 にんにく 片栗粉 水煮筍 玉ねぎ ピーマン パプリカ(赤・黄) 土生姜 厚揚げ 人参 白菜 きゅうり 太もやし うす揚げ
15日(水)	キムチチゲ れんこんはさみフライ	豚肉 白菜 玉ねぎ じゃが芋 大根 えのき茸 豆腐 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(木)	カレーライス イタリアンサラダ	豚肉 人参 じゃが芋 玉ねぎ パーモントカールウ ジャワカールウ インドカールウ キャベツ きゅうり パプリカ(赤) サラダチーズ 食パン
17日(金)	タン麺 ひき肉チャーハン	中華そば 豚バラスライス キャベツ 玉ねぎ じゃが芋 太もやし 人参 きくらげ 豚ミンチ 玉ねぎ 青ねぎ 人参 卵 白ごま
18日(土)	ロースカツ丼 チンゲン菜のツナ和え 味噌汁	豚ロースカツ肉 小麦粉 卵 パン粉 玉ねぎ 卵 青ねぎ チンゲン菜 人参 ツナフレーク じゃが芋 うす揚げ
20日(月)	ピピンパ ちくわの磯辺揚げ わかめスープ キムチ	牛ミンチ 豚ミンチ ぜんまい ほうれん草 人参 大根 きゅうり 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 出し昆布 キムチ
22日(水)	鶏のカレー風味から揚げ ひじき煮 大根ナムル 味噌汁	鶏もも肉 にんにく 土生姜 卵 小麦粉 カレー粉 キャベツ ひじき 煮込み竹輪 水煮大豆 うす揚げ (冷)グリーンピース 大根 人参 白ごま 花麩 青ねぎ
23日(木)	鶏クッパ かき揚げ キムチ	鶏もも肉 豆もやし 大根 人参 水煮筍 干しいたけ 卵 青ねぎ にんにく 土生姜 南瓜 玉ねぎ 青ねぎ 小麦粉 卵 キムチ

こども園 1日(水)	ナポリタン風スパゲティ 蒸し鶏サラダ 卵スープ おにぎり	スパゲティ 豚バラスライス 玉ねぎ ピーマン (冷)コーン 鶏むね肉 きゅうり 人参 キャベツ 卵 青ねぎ 白ごま
こども園 11日(土)	エビピラフ れんこんサラダ 和風ポトフ	むきえび 玉ねぎ 人参 (冷)グリーンピース パター 金平れんこん わかめ(国) ポークハム 豚バラスライス じゃが芋 玉ねぎ 人参 大根
9日(木)	小学生 お楽しみ給食	鶏のからあげ エビフライ ミートボール フライドポテト 焼きそば 卵スープ おにぎり フルーツヨーグルト
15日(水)	中学3年生 卒業お祝い献立	キムチチゲ れんこんはさみフライ ペッパーランチ風ごはん チョコカップケーキ
16日(木)	小学6年生 卒業お祝い献立	カレーライス イタリアンサラダ ステーキ フライドポテト いちご
16日(木)	幼稚園 卒業お祝い献立	エビフライカレー イタリアンサラダ いちご

