

March



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(土)	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 パーモンドカレールウ ジャワカレールウ インドカレールウ キャベツ きゅうり パプリカ(赤) サラダチーズ 食パン
4日(月)	十六穀米 さばの塩焼き 春雨と小松菜の炒め物 キャベツのごま酢 味噌汁 キムチ	十六穀米 塩さば 大葉 春雨 豚ミンチ 小松菜 玉ねぎ 人参 土生姜 キャベツ パプリカ(黄) 白ごま 豆腐 青ねぎ キムチ
5日(火)	キムチロールカツ チンゲン菜と人参のナムル フライピーズ 味噌汁	豚ロース薄切り キムチ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ チンゲン菜 人参 白ごま 水煮大豆 白ごま 花麩 わかめ(国)
6日(水)	ちゃんぽん麺 かぼちゃとれんこんの天ぷら おかかおにぎり	中華そば 豚バラスライス キャベツ 玉ねぎ 人参 太もやし 青ねぎ きくらげ 色板かまぼこ かぼちゃ (冷)れんこん 卵 小麦粉 花かつお
7日(木)	鶏肉のからあげ フライドポテト かぼちゃサラダ 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 かぼちゃ 人参 きゅうり 卵 卵 青ねぎ
8日(金)	ピビンパ ちくわの磯辺揚げ わかめスープ	牛ミンチ 豚ミンチ 水煮ぜんまい ほうれん草 人参 大根 きゅうり 豆もやし 卵 煮込みちくわ 小麦粉 卵 青のり粉 わかめ(国) 白ごま 出し昆布
11日(月)	白身魚の竜田揚げ かぼちゃのそぼろ煮 スパゲティサラダ 味噌汁	骨なしホキ 土生姜 片栗粉 キャベツ かぼちゃ 豚ミンチ (冷)グリーンピース スパゲティ 人参 きゅうり 卵 大根 うす揚げ
12日(火)	きつねわかめうどん かき揚げ おにぎり	細うどん すし揚げ わかめ(国) 色板かまぼこ 青ねぎ 出し昆布 かぼちゃ 玉ねぎ むきえび 青ねぎ 小麦粉 卵 白ごま
13日(水)	ヤンニョンチキン もやしのサラダ じゃが芋の唐揚げ 野菜スープ	鶏もも肉 土生姜 にんにく 白ごま キャベツ 太もやし きゅうり (冷)コーン ポークハム じゃが芋 小麦粉 白菜 玉ねぎ 人参 粉パセリ
14日(木)	挽肉ガーリック炒飯 いか&じゃが芋の唐揚げ 和風ポトフ	牛ミンチ 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 (冷)コーン パター にんにく ロールイカ じゃが芋 小麦粉 ベーコン 大根 玉ねぎ 人参
15日(金)	キンパ クッス	牛ミンチ 人参 きゅうり たくあん かにかまぼこ 巻きのり 白ごま 細うどん 牛肉 卵 干しいたけ 人参 青ねぎ 出し昆布
16日(土)	キンパ トック ニラチヂミ	牛ミンチ 人参 きゅうり たくあん かにかまぼこ 巻きのり 白ごま 鶏もも肉 大根 人参 干しいたけ 青ねぎ トック もみのり 卵 なら 人参 玉ねぎ 小麦粉 卵
18日(月)	ユウリンチー チンゲン菜の卵炒め 大根サラダ 味噌汁	鶏もも肉 玉ねぎ 土生姜 にんにく キャベツ チンゲン菜 人参 卵 大根 しらす 花かつお 豆腐 青ねぎ
19日(火)	キムチチゲ れんこんはさみフライ	豚肉 白菜 玉ねぎ なら 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
21日(木)	パン クリームシチュー 一口カツ 卵サラダ	パン 鶏もも肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 (冷)グリーンピース 牛乳 クリームシチュールウ 豚カツ肉 (冷)れんこん スパゲティ 玉ねぎ 小麦粉 卵 パン粉 卵 キャベツ きゅうり

こども園 豚丼 もやしとチンゲン菜のごま酢和え 豚肉 玉ねぎ 土生姜 (冷)グリーンピース 太もやし チンゲン菜 ポークハム
1日(金) 味噌汁 人参 じゃが芋 青ねぎ

こども園 親子丼 キャベツのツナ和え 鶏もも肉 玉ねぎ 青ねぎ 卵 キャベツ 胡瓜 人参 ツナフレーク そうめん
9日(土) にゅうめん 白菜 人参 うす揚げ 青ねぎ

7日(木) 幼稚園・小学生 お楽しみ給食 鶏肉のからあげ エビフライ フライドポテト かぼちゃサラダ 添え野菜
焼きそば おにぎり 卵スープ フルーツヨーグルト

13日(水) 中学3年生 卒業お祝い献立 ステーキ ヤンニョンチキン フライドチキン ロゼットポギ 添え野菜
パン(3種) 野菜スープ フルーツヨーグルト

14日(木) 小学6年生 卒業お祝い献立 ステーキ 挽肉ガーリック炒飯 いか&じゃが芋の唐揚げ 和風ポトフ

15日(金) 幼稚園 卒園お祝い献立 キンパ クッス フルーツヨーグルト

