

学校給食献立表(夢前学校給食センター) 令和3年度3月分(3/1~3/18) 姫路市教育委員会

	3月1日(火)	3月2日(水)	3月3日(木)	3月4日(金)	3月7日(月)
こんだて	パン 牛乳 オニオンスープ タンドリーチキン ツナポテト	ごはん 牛乳 はっほうさい あげぎょうざ ひじきとコーンのいために	ーひなまつりこんだてー ちらしずし 牛乳 かきたまじる さからのさいきょうやき りっちゃんのサラダ ひなあられ	ごはん 牛乳 チゲうどん いわつねぎてん れんこんのきんぴら	せきはん(ごましろ) 牛乳 だいごのみそしる とりにくのからあげ ブロッコリーのおかめえ とうにゅうプリンタルト
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ベーコン <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> エリンギ <input checked="" type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> コンソメ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> とりにく <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> プレーンヨーグルト <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> カレーこ <input checked="" type="checkbox"/> レモンかじゅう <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> まぐろのあぶらづけ <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input checked="" type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> いか <input type="checkbox"/> えび <input checked="" type="checkbox"/> はくさい <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> ちゅうかスープのもと <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> でんぶん <input checked="" type="checkbox"/> ぎょうざ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> ひじき <input checked="" type="checkbox"/> とうもろこし <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> やきぶた <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> ちらしずしのもと <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> たまご <input type="checkbox"/> とうふ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> えのきたけ <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こんぶ(だし) <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> さわら <input type="checkbox"/> しろみそ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> せいしゅ <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> きゅうり <input checked="" type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> しおこんぶ <input type="checkbox"/> かつおぶし <input type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ひなあられ	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> うどん <input type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> はくさいキムチ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> もやし <input checked="" type="checkbox"/> にはら <input type="checkbox"/> あぶらあげ <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> いわつねぎてん <input type="checkbox"/> とりにく <input checked="" type="checkbox"/> れんこん <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> アルファかまい(もちごめ) <input type="checkbox"/> アルファかまい(うるちまい) <input type="checkbox"/> あずき <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> とうふ <input type="checkbox"/> あぶらあげ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> だいごん <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> にぼし(だし) <input type="checkbox"/> とりにく <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> あぶら <input checked="" type="checkbox"/> ブロッコリー <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> かつおぶし <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> とうにゅうプリンタルト
こんだて	パン 牛乳 ポークビーンズ ツナオムレツ キャベツのカレーふうみ	ごはん 牛乳 きりぼしだいごんのふくめに ぶりのてりやき やさしいため	ごはん 牛乳 あつあげのチリソース わかめのナムル	ごはん 牛乳 とうにゅうじる あかしたこロッケ ごまツナサラダ	ルーローハン 「ごはん」 「ルーローハンのぐ」 牛乳 シューマイ ポイルサラダ(ごまドレッシング)
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> あかワイン <input type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> だいす <input type="checkbox"/> トマトピューレ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> ツナオムレツ <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> ささみのあぶらづけ <input type="checkbox"/> カレーこ <input type="checkbox"/> コンソメ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> きりぼしだいごん <input checked="" type="checkbox"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> ちくわ <input type="checkbox"/> あぶらあげ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> えだまめ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> ぶり <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> コーンスターチ <input type="checkbox"/> やきぶた <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> きくらげ <input checked="" type="checkbox"/> にはら <input checked="" type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> トック <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> たまご <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> はくさい <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> あつあげ <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> グリンピース <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> トウモロコシ <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input checked="" type="checkbox"/> もやし <input checked="" type="checkbox"/> きわかめ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> ごま	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> さといも <input checked="" type="checkbox"/> だいごん <input checked="" type="checkbox"/> ごぼう <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> とうにゅう <input type="checkbox"/> しろみそ <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> あかしたこロッケ <input type="checkbox"/> あぶら <input checked="" type="checkbox"/> ごまつな <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> まぐろのあぶらづけ <input checked="" type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> からしこ <input type="checkbox"/> しお	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> ウーシャンスパイス <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> オイスターソース <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> たまご <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> チンゲンサイ <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> ちゅうかスープのもと <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ポークシューマイ <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> とうもろこし <input checked="" type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> ごまドレッシング

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むぎしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しほう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示

卵:



乳製品:



小麦:



そば:



落花生:



えび:



かに:

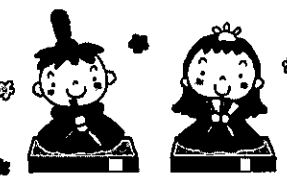


(ピーナッツ)

学校給食献立表(夢前学校給食センター) 令和3年度3月分(3/1~3/18) 姫路市教育委員会

3月15日(火)		3月16日(水)		3月17日(木)		3月18日(金)		3月平均 栄養量 (小学校4年生)					
ごはん	パン 牛乳 きのこのクリームスープ さけのムニエル ジャーマンポテト	ごはん 牛乳 タイビーエン とりにくのでりやき ごまたくあん	ポークカレーライス 「ごはん」 ポークカレー 牛乳 ちりめんといすのいりに パンパンジー	-しよくいくのひ-		ごはん 牛乳 ぼちじる ぶたにくのカリンあげ わけぎのすみそあえ デコボン			エネルギー	633kcal			
ごはん	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しめじ <input type="checkbox"/> エリンギ <input type="checkbox"/> マッシュルーム <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> コンソメ <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ごまぎこ <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> さけ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> マジックソルト <input type="checkbox"/> ごまぎこ <input type="checkbox"/> オリーブオイル <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> ペーコン <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> なると <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> ちゅうかスープのもと <input type="checkbox"/> せいしゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> オイスターソース <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> たくあん <input type="checkbox"/> こまつな <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> ごま	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> セロリー <input type="checkbox"/> グリンピース <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> カレールウ <input type="checkbox"/> トマトピューレ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> カレー <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> いりだいず <input type="checkbox"/> かえりちりめん <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> せいしゆ <input type="checkbox"/> ささみのあぶらづけ <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ごめす <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> わりごま <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> そうめんばち <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> あぶらあげ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こんぶ(だし) <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> せいしゆ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> せんざりかまぼこ <input type="checkbox"/> わげぎ <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> しろみそ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> ごめす <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> ゆずかじゅう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> デコボン				たんぱく質	26.9g	脂質	27.9%	カルシウム	329mg
								鉄	2.7mg	ビタミン	A: 215μgRAE B1: 0.47mg B2: 0.54mg C: 25mg		
								食塩相当量	2.5g	食物繊維	5.2g		
								マグネシウム	87mg	亜鉛	3.1mg		


がつか 3月3日 ひなまつり



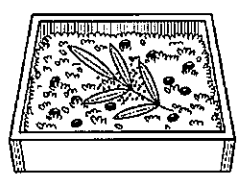
「桃の節句」ともいわれ、ひな人形を飾って女の子の健やかな成長と幸せを願い、お祝します。

ひし餅やひなあられに使われるピンク・白・緑の3色はそれぞれ、桃の花(ピンク)・雪の大地(白)・木々の芽吹き(緑)を表しています。春の訪れを心待ちにし、子ども達の健康を願う気持ちが込められた大切な行事です。

給食では、3日(木)にひなあられが登場します。お楽しみに!



ひ おめでとう日

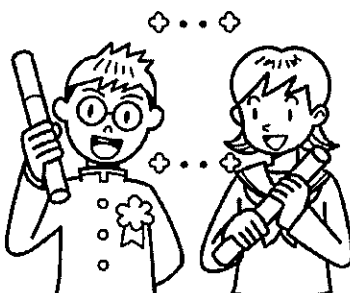


せきはんの赤飯

もち米と小豆を蒸した赤飯は、昔からお祝いの時に食べられてきました。

給食では卒業のお祝いとして、7日(月)を赤飯の献立にしています。

中学3年生のみなさんは、9年間食べた給食ともお別れですね。最後までしっかり食べて、元気に過ごしてくださいね。



○赤の食品…体をつくるもの(たんぱくしつ・むきしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示 卵: 乳製品: 小麦: そば: 落花生: えび: かに: