

学校給食献立表(南部学校給食センターB) 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)	
献立	ご飯	パン		赤飯(ごま塩)		黒砂糖パン		黒砂糖パン	
	牛乳	牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
献立	神戸ビーフカレー	白菜のクリーム煮		すまし汁		白菜スープ		鶏肉のインドネシア風揚げ	
	きびなごフライ	かぼちゃコロッケ		和風ハンバーグ		鶏肉のインドネシア風揚げ		ジャーマンポテト	
献立	コーンキャベツ	和風サラダ		りっちゃんのだら		ももゼリー		ももゼリー	
献立	<input type="checkbox"/> ご飯	<input type="checkbox"/> パン	<input type="checkbox"/> アルファ化米(もち米)	<input type="checkbox"/> パン	<input type="checkbox"/> アルファ化米(うるち米)	<input type="checkbox"/> パン	<input type="checkbox"/> 黒砂糖	<input type="checkbox"/> パン	<input type="checkbox"/> 黒砂糖
	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳
献立	<input type="checkbox"/> 牛肉(神戸ビーフ)	<input type="checkbox"/> はくさい	<input type="checkbox"/> ごま塩	<input type="checkbox"/> 豆腐	<input type="checkbox"/> かまぼこ	<input type="checkbox"/> 鶏豚ハンバーグ	<input type="checkbox"/> 鶏肉	<input type="checkbox"/> 鶏肉	<input type="checkbox"/> たまねぎ
	<input type="checkbox"/> じゃがいも	<input type="checkbox"/> ベーコン	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> わかめ	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> 厚揚げ	<input type="checkbox"/> 厚揚げ	<input type="checkbox"/> しょうが
献立	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> えのきたけ	<input type="checkbox"/> しめじ	<input type="checkbox"/> はくさい	<input type="checkbox"/> はくさい	<input type="checkbox"/> にんじん
	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> えのきたけ	<input type="checkbox"/> 葉ねぎ	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> 葉ねぎ
献立	<input type="checkbox"/> セロリー	<input type="checkbox"/> かぶ	<input type="checkbox"/> 米粉	<input type="checkbox"/> 米粉	<input type="checkbox"/> 葉ねぎ	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> チキンスープ	<input type="checkbox"/> チキンスープ	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ
	<input type="checkbox"/> グリンピース	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> パター	<input type="checkbox"/> パター	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> こしょう
献立	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> 米粉	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> こしょう
	<input type="checkbox"/> にんにく	<input type="checkbox"/> ワイン風味調味料	<input type="checkbox"/> ワイン風味調味料	<input type="checkbox"/> ワイン風味調味料	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう
献立	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> ポークスープ	<input type="checkbox"/> ポークスープ	<input type="checkbox"/> ポークスープ	<input type="checkbox"/> 鶏豚ハンバーグ	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> 鶏肉	<input type="checkbox"/> 鶏肉	<input type="checkbox"/> たまねぎ
	<input type="checkbox"/> 米粉	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> しめじ	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> しょうが
献立	<input type="checkbox"/> カレー粉	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> にんにく
	<input type="checkbox"/> ガラムマサラ	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<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"/> ターメリック	<input type="checkbox"/> ターメリック	<input type="checkbox"/> コリアンダー
献立	<input type="checkbox"/> パプリカパウダー	<input type="checkbox"/> パセリ	<input type="checkbox"/> パセリ	<input type="checkbox"/> パセリ	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> コリアンダー	<input type="checkbox"/> コリアンダー	<input type="checkbox"/> 塩
	<input type="checkbox"/> チキンスープ	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> でんぷん
献立	<input type="checkbox"/> とんかつソース	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> 油
	<input type="checkbox"/> トマトケチャップ	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> チキンハム	<input type="checkbox"/> キャベツ	<input type="checkbox"/> じゃがいも	<input type="checkbox"/> じゃがいも	<input type="checkbox"/> たまねぎ
献立	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> きゅうり	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> ベーコン
	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> とうもろこし	<input type="checkbox"/> 塩こんぶ	<input type="checkbox"/> パセリ	<input type="checkbox"/> パセリ	<input type="checkbox"/> サラダ油
献立	<input type="checkbox"/> きびなごフライ	<input type="checkbox"/> かぼちゃコロッケ	<input type="checkbox"/> かぼちゃコロッケ	<input type="checkbox"/> かぼちゃコロッケ	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 米酢	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> 塩
	<input type="checkbox"/> キャベツ	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> こしょう
献立	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> ポークハム	<input type="checkbox"/> ポークハム	<input type="checkbox"/> ポークハム	<input type="checkbox"/> チキンハム	<input type="checkbox"/> キャベツ	<input type="checkbox"/> じゃがいも	<input type="checkbox"/> じゃがいも	<input type="checkbox"/> たまねぎ
	<input type="checkbox"/> とうもろこし	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> キャベツ	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> ベーコン
献立	<input type="checkbox"/> チキンハム	<input type="checkbox"/> もやし	<input type="checkbox"/> もやし	<input type="checkbox"/> もやし	<input type="checkbox"/> きゅうり	<input type="checkbox"/> とうもろこし	<input type="checkbox"/> パセリ	<input type="checkbox"/> パセリ	<input type="checkbox"/> サラダ油
	<input type="checkbox"/> チキンスープ	<input type="checkbox"/> ごま	<input type="checkbox"/> ごま	<input type="checkbox"/> ごま	<input type="checkbox"/> とうもろこし	<input type="checkbox"/> 塩こんぶ	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> 塩
献立	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> サラダドレッシング	<input type="checkbox"/> サラダドレッシング	<input type="checkbox"/> サラダドレッシング	<input type="checkbox"/> 米酢	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> こしょう
	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> こしょう
献立	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう
	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ひなあられ	<input type="checkbox"/> ひなあられ	<input type="checkbox"/> ひなあられ	<input type="checkbox"/> ひなあられ	<input type="checkbox"/> ひなあられ
献立	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
献立	姫路おでん	沢煮椀	ちくわの磯辺揚げ	ツナおから	ツナスパゲティ	ウインナーのケチャップ炒め	ごぼうのごまソテー	マーボー豆腐	鶏肉の照り焼き
	蒸しシウマイ	ちくわの磯辺揚げ	ツナおから	ツナおから	ウインナーのケチャップ炒め	ごぼうのごまソテー	ごぼうのごまソテー	ナムル	ナムル
献立	<input type="checkbox"/> ご飯	<input type="checkbox"/> ご飯	<input type="checkbox"/> ご飯	<input type="checkbox"/> ご飯	<input type="checkbox"/> パン	<input type="checkbox"/> パン	<input type="checkbox"/> パン	<input type="checkbox"/> ご飯	<input type="checkbox"/> ご飯
	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳
献立	<input type="checkbox"/> だいこん	<input type="checkbox"/> 豚肉	<input type="checkbox"/> 油揚げ	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> スパゲティ	<input type="checkbox"/> まぐろ油漬	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> 豚肉	<input type="checkbox"/> 豆腐
	<input type="checkbox"/> こんにゃく	<input type="checkbox"/> 油揚げ	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> だいこん	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> エリンギ	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> にんじん
献立	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> だいこん	<input type="checkbox"/> えのきたけ	<input type="checkbox"/> 葉ねぎ	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> パプリカペースト	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> しいたけ
	<input type="checkbox"/> ちくわ	<input type="checkbox"/> えのきたけ	<input type="checkbox"/> 葉ねぎ	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> いら	<input type="checkbox"/> しょうが
献立	<input type="checkbox"/> じゃがいも	<input type="checkbox"/> 葉ねぎ	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> にんにく	<input type="checkbox"/> サラダ油
	<input type="checkbox"/> れんこん	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> チキンスープ
献立	<input type="checkbox"/> 厚揚げ	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> チキンスープ	<input type="checkbox"/> 赤みそ
	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 赤みそ	<input type="checkbox"/> オイスターソース
献立	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> オイスターソース	<input type="checkbox"/> トウバンジャン
	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> トウバンジャン	<input type="checkbox"/> 砂糖
献立	<input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ
	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> みりん
献立	<input type="checkbox"/> ポークシュウマイ	<input type="checkbox"/> 天ぷら粉	<input type="checkbox"/> 天ぷら粉	<input type="checkbox"/> 天ぷら粉	<input type="checkbox"/> トマトケチャップ	<input type="checkbox"/> ウスターソース	<input type="checkbox"/> カレー粉	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩
	<input type="checkbox"/> 豚肉	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> ウスターソース	<input type="checkbox"/> カレー粉	<input type="checkbox"/> カレー粉	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> こしょう
献立	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> うの花	<input type="checkbox"/> まぐろ油漬	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> カレー粉	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう
	<input type="checkbox"/> 油揚げ	<input type="checkbox"/> まぐろ油漬	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう
献立	<input type="checkbox"/> 昆布	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> えだまめ	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう
	<input type="checkbox"/> しいたけ	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> えだまめ	<input type="checkbox"/> しいたけ	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こしょう
献立	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> えだまめ	<input type="checkbox"/> しいたけ	<input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> 砂糖	<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"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)
	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> しいたけ	<input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> 砂糖	<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"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)
献立	<input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> 砂糖	<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"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)
	<input type="checkbox"/> 砂糖	<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"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)
献立	<input type="checkbox"/> 砂糖	<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"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)
	<input type="checkbox"/> 砂糖	<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"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)

○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



(ピーナッツ)

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

		3月11日(金)		3月14日(月)		3月15日(火)		3月16日(水)	
献立		パン 牛乳 卵スープ さけのスパイス揚げ ポテトほうれんソテー		ご飯 牛乳 みそ汁 白身魚のチリソース 切り干し大根の煮物		ご飯 牛乳 わかめスープ 肉みそビーンズ もやしのサラダ		パン 牛乳 えびチャウダー いんげんのかき揚げ(米粉) 野菜のソテー いちごジャム	
	献立	<input type="checkbox"/> パン	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> ご飯	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> ご飯	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> パン	<input checked="" type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> 牛乳		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input checked="" type="checkbox"/>	
献立	<input type="checkbox"/> 鶏卵	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 豆腐	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 鶏肉	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> ベーコン	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/> 豚肉	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 油揚げ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> にんじん	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> じゃがいも	<input type="checkbox"/>	
献立	<input type="checkbox"/> にんじん	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> わかめ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> わかめ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/> キャベツ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> じゃがいも	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/>	
献立	<input type="checkbox"/> えのきたけ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> えのきたけ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> パセリ	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/> 葉ねぎ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 葉ねぎ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> えび	<input type="checkbox"/>	
献立	<input type="checkbox"/> ポークスープ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> みそ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> チキンスープ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 煮干し(だし)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/>	
献立	<input type="checkbox"/> 塩	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> ホキ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 塩	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> バター	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/> こしょう	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> こしょう	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 米粉	<input type="checkbox"/>	
献立	<input type="checkbox"/> さけ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 豚肉	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 脱脂粉乳	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/> ワイン風調味料	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 清酒	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> チキンスープ	<input type="checkbox"/>	
献立	<input type="checkbox"/> 塩	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 根菜ねぎ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 塩	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> とうもろこし	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/> こしょう	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> こしょう	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> コーンクリーム	<input type="checkbox"/>	
献立	<input type="checkbox"/> クッキングスパイス	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> にんにく	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 大豆	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> トマトケチャップ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 根菜ねぎ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/>	
献立	<input type="checkbox"/> 油	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/> ベーコン	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> トウモロコシ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> チキンハム	<input type="checkbox"/>	
献立	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 清酒	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> みそ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 天ぷら粉(米粉)	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/> とうもろこし	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/>	
献立	<input type="checkbox"/> ほうれんそう	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 鶏肉	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/> じゃがいも	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 切り干しだいこん	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> もやし	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 豚肉	<input type="checkbox"/>	
献立	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> きゅうり	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/>	
	<input type="checkbox"/> 塩	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 平天	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> にんじん	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> チンゲンサイ	<input type="checkbox"/>	
献立	<input type="checkbox"/> こしょう	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> しいたけ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> ポークハム	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> もやし	<input type="checkbox"/>	
		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> こんにゃく	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/>	
献立		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 米酢	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/>	
		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/>	
献立		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 塩	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> いちごジャム	<input type="checkbox"/>	
		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/>					
献立		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 鶏肉	<input type="checkbox"/>	3月平均 栄養量 (中学校)				
		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 清酒	<input type="checkbox"/>					
献立		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/>	エネルギー	772kcal			
		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/>	たんぱく質	30.9g			
献立		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> さば	<input type="checkbox"/>	脂質	30.4%			
		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/>	カルシウム	351mg			
献立		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/>	鉄	2.9mg			
		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 清酒	<input type="checkbox"/>	ビタミン	A	261μgRAE		
	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 山椒粉	<input type="checkbox"/>	B1		0.52mg			
	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/>	B2		0.58mg			
献立		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/>	C	27mg			
		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> ひじき	<input type="checkbox"/>	食塩相当量	3.4g			
献立		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/>	食物繊維	6.8g			
		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 油揚げ	<input type="checkbox"/>	マグネシウム	102mg			
献立		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 鶏肉	<input type="checkbox"/>	亜鉛	3.4mg			
		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/>					
献立		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/>					
		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/>					
献立		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/>					
		<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 豆乳プリンタルト	<input type="checkbox"/>					
献立		<input checked="" type="checkbox"/>			献立紹介 作ってみませんか? りっちゃんのサラダ 材料 5人分 分量(g) ハム ----- 30 キャベツ ----- 100 にんじん ----- 30 きゅうり ----- 30 塩 ----- 少々 ホールコーン ----- 18 塩こんぶ ----- 3 酢 ----- 12 砂糖 ----- 3.5 サラダ油 ----- 9 塩・こしょう ----- 少々 かつおぶし ----- 3 【作り方】 ①ハムは細切り、キャベツは短冊切り、にんじんはせん切りにする。 ②きゅうりは輪切りにし、塩もみする。 ③キャベツ・にんじん・きゅうり・コーンはゆでて冷ます。 ④ハムは蒸して冷ます。 ⑤ドレッシングを作り、材料をすべて混ぜあわせる。 小学校の国語で学習した「サラダでけんき」に登場するサラダです。物語の中では、「トマト」も入りますが、給食では生野菜を使用しないため入っていません。				
		<input checked="" type="checkbox"/>							

○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: