## 学校給食献立表(南部学校給食センターB) 令和6年度3月分(3/3~3/18) 姫路市教育委員会

	3月3日(月)		3月4日(火)		3月5日(水)		3月6日(木)					
	ーひなまつり献立ー		-卒業おめでとう献立-		黒砂糖パン		ご飯					
献	赤飯   牛乳	(ごま塩)		               	ンカレーライス		牛乳 ポソ			牛乳肉だ	, どんごの中華風うま煮	
立	豆腐	汁		淡路	たまねぎコロッケ			D のムニエル			のカリン揚げ	
1/		らの磯辺揚げ  煮豆			鶏のゆずサラダ プリンタルト		ジャ・	ーマンポテト		ツナ	おから	
		アルファ化米(もち米)			ご飯			パン	· A		ご飯	
		アルファ化米(うるち米)			鶏肉   じゃがいも			黒砂糖		0	牛乳	and the same
		小豆			たまねぎ   にんじん		0	牛乳	***	8	鶏つくね	
		ごま   塩			セロリ		0	豚肉			はるさめ たけのこ	
		牛乳			グリンピース しょうが			にんにく		$\triangle$	しいたけ にんじん	
献		豆腐			にんにく サラダ油			たまねぎ		$\triangle$	はくさい 葉ねぎ	
ΛŒΙ	Ō	油揚げ			米粉			とうもろこし		Ō	厚揚げ オイスターソース	
		わかめ   しいたけ			カレー粉 ガラムマサラ		$\triangle$	しめじ			ごま油	
		にんじん			パプリカパウダー   チキンスープ			パセリ   ローリエ			チキンスープ うすくちしょうゆ	***
١.	$\triangle$	たまねぎ			とんかつソース			サラダ油			こいくちしょうゆ 砂糖	***
立		葉ねぎ   うすくちしょうゆ	*		トマトケチャップこいくちしょうゆ	*/		チキンスープ			清酒塩	
		こいくちしょうゆ	*		みりん塩	,		塩			こしょう サラダ油	
		削り節(だし) 昆布(だし)			(ごしょう)		_	こしょう			豚肉	
		さわら		0	牛乳			あじ   米粉			清酒しょうが	
材		塩			淡路たまねぎコロッケ	*/		塩			でんぷん   油	
		あおさ粉 天ぷら粉	•		油		-	こしょう	چ.		□ 砂糖   こいくちしょうゆ	•
		大いり桁  油	m		ひね鶏  清酒			バター	***		こいく らしょつゆ ごま	L "
	0	大豆			塩キャベツ			サラダ油		8	うの花 まぐろ油漬け	
料	Ō	鶏肉			にんじん			していた しょう		$\triangle$	たまねぎ	
		ごぼう   たけのこ			サラダ油   米酢		0	ベーコン		$\triangle$	にんじん こんにゃく	
	$\triangle$	にんじん			うすくちしょうゆ   ゆず果汁	*/	$\triangle$	パセリ		$\triangle$	葉ねぎ しいたけ	
		こんにゃく   砂糖			<b>Ž</b> しよう			サラダ油			でま油砂糖	
		砂糖   うすくちしょうゆ	•		焼きプリンタルト	3A*		塩 こしょう			うずくちしょうゆ こいくちしょうゆ	* PA
		こいくちしょうゆ	•					2000			削り節(だし)	ľ
		3月7日(金)		1	00100(0)			3月11日(火)			3月12日(水)	
		3月7日(並)			3月10日(月)			3月11日(人)			0/1121(30)	
±1	パン	,		ご飯			ご飯			パン		
献	牛乳			ご飯 牛乳 関東			牛乳			牛乳		
献立	牛乳 <b>さう</b> ハン	・ <b>もろこしのスープ</b> バーグのソース焼き		牛乳 関東 白身	煮魚の香味だれ		牛乳 みそ 揚げ	チゲ シュウマイ		牛乳 鶏肉	, ,  のフォー ンナーの香り揚げ	
	牛乳 <b>さう</b> ハン	, <b>もろこしのスープ</b> バーグのソース焼き きの炒めサラダ		牛乳 関東 白身	煮		牛乳 みそ 揚げ	チゲ		牛乳 鶏肉	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	
	牛乳 <b>さう</b> ハン	・ <b>もろこしのスープ</b> バーグのソース焼き きの炒めサラダ	***	牛乳 関東 白身	煮 魚の香味だれ のスープ煮 ご飯		牛乳 みそ 揚げ	チゲ シュウマイ こんとツナのサラダ ご飯		牛乳 鶏肉	,  のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー	***
	牛乳 <b>とう</b> ハン ひじ	・ <b>もろこしのスープ</b> バーグのソース焼き きの炒めサラダ パン	**************************************	牛乳 関東 白京 白菜	煮 魚の香味だれ のスープ煮 ご飯 牛乳		牛乳 みそ 揚げれん	チゲ シュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳		牛乳 鶏肉 ウイ ブロ	。  のフォー  ンナーの香り揚げ  ツコリーのソテー   パン   牛乳	*
	牛乳 とう ハン ひじ	・ <b>もろこしのスープ</b> バーグのソース焼き きの炒めサラダ パン 牛乳 とうもろこし		牛乳 東自立 □ ○ ○	煮 魚の香味だれ のスープ煮 ご飯 牛乳 牛肉	ma	牛乳 みそ 揚げ れん	チゲ シュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉	ma ma	牛乳肉 イブロ 〇 〇	が のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉	'
	牛乳 <b>とう</b> ハン ひじ	・ <b>もろこしのスープ</b> バーグのソース焼き きの炒めサラダ パン	1	牛乳東 白白 〇〇〇	煮 魚の香味だれ のスープ煮 ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも	mā)	牛乳 みそ 揚げれん	チゲ シュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒	ma j	牛乳肉プロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロロ	が のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー	'
	牛乳 とう ハン ひじ 〇 △	*** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **		牛乳 東自立 □ ○ ○	煮 魚の香味だれ のスープ煮 ご飯 牛乳 牛肉	ma)	牛乳 みそ 揚げれん	チゲ シュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉	1113	牛乳肉 イブロ 〇 〇	が のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉	'
	牛乳 とう ハン ひじ 〇 △ △ △	まるこしのスープ バーグのソース焼き きの炒めサラダ パン 牛乳 とうもろこし 鶏卵 たまねぎ えのきたけ にんじん		牛関白白 □ ○ □ △ △ ○	煮 魚の香味だれ のスープ煮 ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚げ	ins)	牛乳 みそ 揚げれん 〇 〇 △ △	チゲ シュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまねぎ はくさいキムチ	nna na	牛乳肉イロ     〇 <t< th=""><th>が のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たまねぎ もやし にら</th><th>'</th></t<>	が のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たまねぎ もやし にら	'
立	牛乳 とう ハン ひじ	きろこしのスープ バーグのソース焼き きの炒めサラダ パン 牛乳 とうもろこし 鶏卵 たまねぎ えのきたけ にんじん パセリ チキンスープ		牛乳東自立 □ ○ □ △ △	煮 魚の香味だれ のスープ煮 ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚げ 砂糖		牛乳 みそげれん □ ○ ○ △ △ △	チゲ シュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまねぎ はくさいキムチ にんじん	TIMA TIMA	牛乳肉イブロー〇〇□△△	のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たまねぎ もやし にら レモン果汁	TO THE STATE OF TH
立	牛乳 とう ハン ひじ 〇 △ △	サランス・ファイン サイス はっという はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいます		牛関白白 □ ○ □ △ △ ○	煮 魚の香味だれ のスープ煮 ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚げ 砂糖 うすくちしょうゆ	The state of the s	牛乳 みそ 揚げれん 〇 〇 △ △	チゲ シュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまねぎ はくさいキムチ にんじん もやし	THE STATE OF THE S	牛乳肉イロ     〇 <t< th=""><th>が のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たまねぎ もやし にら レモン果汁 うすくちしょうゆ</th><th>'</th></t<>	が のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たまねぎ もやし にら レモン果汁 うすくちしょうゆ	'
立	牛乳 とう ハン ひじ	サ <b>ろとしのスープ</b> バーグのソース焼ききの炒めサラダ パン 牛乳 とうもろこし 鶏卵 たまねぎ えのきたけ にんじん パセリ チキンスープ でんぷん うすくちしょうゆ 塩		牛関白白 □ ○ □ △ △ ○	煮 魚の香味だれ のスープ煮 ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚げ 砂糖	**	牛乳そ湯げれん       〇       〇       △       △       △       △	チゲ シュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまねぎ はくさいキムチ にんじん もやし にら サラダ油	nna,	牛乳肉イロ     〇 <t< th=""><th>プロフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たまねぎ もやし にら レモン果汁 うすくちしょうゆ ナンプラー 砂糖</th><th>PORT I</th></t<>	プロフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たまねぎ もやし にら レモン果汁 うすくちしょうゆ ナンプラー 砂糖	PORT I
立	牛乳 とう ハン ひじ	サランス・ファイン でのソース焼き きの炒めサラダ パン 牛乳 とうもろこし 鶏卵 たまねぎ えのきたけ にんじん パセリ チキンスープ でんぷん うすくちしょうゆ 塩 こしょう		牛関白白 □ ○ □ △ △ ○	煮 魚の香味だれ のスープ煮 ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚げ 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん ホキ	**	牛乳 湯げれん 〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇	チゲ シュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまねぎ はくさいキムチ にんじん もやし にら サラダ油 みそ		牛鶏 ウブ □ ○ □ △ △ △ △	プロフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たまねぎ もやし にら レモン果汁 うすくちしょうゆ ナンプラー 砂糖 塩	PORT I
立	牛乳 とう ハン ひじ	・ <b>もろこしのスープ</b> バーグのソース焼ききの炒めサラダ パン 牛乳 とうもろこし 鶏卵 たまねぎ えのきたけ にんじん パセリ チキンスープ でんぷん うすくちしょう 鬼豚ハンバーグ		牛関白白 □ ○ ○ □ △ △ ○ □	煮 魚の香味だれ のスープ煮 ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚げ 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん ホキ 塩	**	牛乳そ湯げれん       〇       〇       △       △       △       △	チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまねぎ はくさいキムチ にんじん もやし にら サラダ油 みそ こいくちしょうゆ	maj maj	牛鶏 ウブ □ ○ □ △ △ △ △	プロフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たまねぎ もやし にら レモン果汁 うすくちしょうゆ ナンプラー 砂糖 塩 こしょう	PORT I
立	牛乳   <b>とう</b>   ハンじ   □   ○   △   △   △   △   △   △   △   □	サランス・ファイン でのソース焼き きの炒めサラダ パン 牛乳 とうもろこし 鶏卵 たまねぎ えのきたけ にんじん パセリ チキンスープ でんぷん うすくちしょうゆ 塩 こしょう		牛乳東自身菜 □ ○ ○ □ △ △ ○ □	煮 魚の香味だれ のスープ煮 ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚げ 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん ホキ 塩 こしょう	**	牛乳そ湯げれん       〇       〇       △       △       △       △	チゲ シュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまねぎ はくさいキムチ にんじん もやし にら サラダ油 みそ		牛乳肉プロ       □       ○       □       △       □	プロフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たまねぎ もやし にら レモン果汁 うすくちしょうゆ ナンブラー 砂糖 塩 こしょう チキンスープ	TO THE STATE OF TH
立	牛乳   <b>とき</b>    ハンひじ	# <b>52 しのスープ</b> バーグのソース焼き きの炒めサラダ パン 牛乳 とうもろこし 鶏卵 たまねぎ えのきたけ にんじん パセリ チキンスープ でんぷん うすくちしょうゆ 塩 こしょう 鶏豚ハンバーグ トマトケチャップ とんかつソース ウスターソース		牛関白白 □ ○ ○ □ △ △ ○ □	煮 魚の香味だれ のスープ煮 ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚げ 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん ホキ 塩	**	牛乳を揚げれる □ ○ ○ △ △ △ △ △ □ ○	チゲ シュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまねぎ はくさいキムチ にんじん もやし にら サラダ油 みそ こいくちしょうゆ みりん	# Pro	牛鶏 ウブ □ ○ □ △ △ △ △	プロフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たまねぎ もやし にら レモン果汁 うすくちしょうゆ ナンプラー 砂糖 塩 こしょう	TO THE STATE OF TH
献立	牛乳   <b>とう</b>   ハンじ   □   ○   △   △   △   △   △   △   △   □	#32 <b>Lのスープ</b> バーグのソース焼き きの炒めサラダ パン 牛乳 とうもろこし 鶏卵 たまねぎ えのきたけ にんじん パセリ チキンスープ でんぷん うす こしょう 鶏豚ハンバーグ トマトケチャップ とんかつソース ウスターソース 砂糖		牛乳東身菜 〇〇〇△△○□	煮 魚の香味だれ のスープ煮 ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚げ 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん ホキ 塩 こしょう でんぷん 油 根深ねぎ	**	牛乳みそ 揚げれん 〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇	チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまねぎ はくさいキムチ にんじん もやし にら サラダ油 みそ こいくちしょうゆ みりん ごま油 チキンスープ ボークシュウマイ		牛乳肉ウイロ       〇       〇       〇       〇       〇       〇       〇       〇       〇       〇       〇       〇       〇       〇       ○<	プロフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たまねぎ もやし にら レモン果汁 うすくちしょうゆ ナンプラー 砂糖 塩 こしょう チキンスープ チキンウインナー 天ぷら粉 バジル	•
立	牛乳   <b>とき</b>    ハンひじ	# <b>52 しのスープ</b> バーグのソース焼き きの炒めサラダ パン 牛乳 とうもろこし 鶏卵 たまねぎ えのきたけ にんじん パセリ チキンスープ でんぷん うすくちしょうゆ 塩 こしょう 鶏豚ハンバーグ トマトケチャップ とんかつソース ウスターソース		牛乳東身菜       〇       ○ </th <th>煮 魚の香味だれ のスープ煮 ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚げ 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん ホキ 塩 こしょう でんぷん 油 根深ねぎ 清酒</th> <th>**</th> <th>牛乳を揚げれん □ ○ ○ ○ △ △ △ △ □ ○ □ ○ □</th> <th>チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまねざいキムチ にんじん もやし にら サラダ油 みそ こいくちしょうゆ みりん ごま油 チキンスープ ボークシュウマイ 油</th> <th># Pro</th> <th>牛乳肉イブロ       〇       〇       □       △       □       ○       □&lt;</th> <th>のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たまねぎ もやし にら レモン果汁 うすくブラー 砂糖 塩 こしょう チキンフープ チキンウインナー 天ぷら粉 バジル 塩</th> <th>•</th>	煮 魚の香味だれ のスープ煮 ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚げ 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん ホキ 塩 こしょう でんぷん 油 根深ねぎ 清酒	**	牛乳を揚げれん □ ○ ○ ○ △ △ △ △ □ ○ □ ○ □	チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまねざいキムチ にんじん もやし にら サラダ油 みそ こいくちしょうゆ みりん ごま油 チキンスープ ボークシュウマイ 油	# Pro	牛乳肉イブロ       〇       〇       □       △       □       ○       □<	のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たまねぎ もやし にら レモン果汁 うすくブラー 砂糖 塩 こしょう チキンフープ チキンウインナー 天ぷら粉 バジル 塩	•
献立	牛乳   <b>とう</b>    ハンひじ   □   □   □   □   □   □   □   □   □	*** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **		牛乳東身菜 〇〇〇△△○□	煮魚の香味だれのスープ煮  ご飯  牛乳  牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚げ 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん ホキ 塩 こしょう でんぷん 油 根深ねぎ 清酒 しょうが	**	牛乳みそ 揚げれん 〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇〇	チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまねざいキムチ にんじん もやし にら サラダ油 みそ こいくちしょうゆ みりん ごま油 チキンスープ ポークシュウマイ 油 れんこん	# Pro	牛乳肉イプロ       〇       〇       □       ○       □       ○       □<	プロフォーンナーの香り揚げッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー まねぎ もやし にら レモン 果汁 うすくち ラー 砂糖 塩 こしょう チキン ウインナー 天ぷら が パジル 塩 油	•
献立	牛乳	まるとしのスープ バーグのソース焼ききの炒めサラダ パン 牛乳 とうもろこし 鶏卵 たまねぎ えのきたけ にんじん バセリ チキンスープ でんぷん うすくちしょうゆ 塩 こしょう 鶏豚ハンバーグ トマトケチャップ とんかつソース ウスターソース ウが糖 みりん でんぷん キャベツ にんじん		牛乳東身菜       〇       ○ </th <th>煮魚の香味だれのスープ煮 ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚 がすってくちしょうゆ かりん ホキ 塩こしょう でんぷん 油 根深酒 しょうが こいくちしょうゆ 米酢</th> <th>**</th> <th>牛乳を揚げれん □ ○ ○ ○ △ △ △ △ □ ○ □ ○ □</th> <th>チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまねざいキムチ にんじん もやし にら サラダ油 みそ こいくちしょうゆ みりん ごま油 チキンスープ ボークシュウマイ 油</th> <th># Pro</th> <th>牛乳肉イブロ       〇       〇       □       △       □       ○       □&lt;</th> <th>のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たまねぎ もやし にら レモン果汁 うすくブラー 砂糖 塩 こしょう チキンフープ チキンウインナー 天ぷら粉 バジル 塩</th> <th>•</th>	煮魚の香味だれのスープ煮 ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚 がすってくちしょうゆ かりん ホキ 塩こしょう でんぷん 油 根深酒 しょうが こいくちしょうゆ 米酢	**	牛乳を揚げれん □ ○ ○ ○ △ △ △ △ □ ○ □ ○ □	チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまねざいキムチ にんじん もやし にら サラダ油 みそ こいくちしょうゆ みりん ごま油 チキンスープ ボークシュウマイ 油	# Pro	牛乳肉イブロ       〇       〇       □       △       □       ○       □<	のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たまねぎ もやし にら レモン果汁 うすくブラー 砂糖 塩 こしょう チキンフープ チキンウインナー 天ぷら粉 バジル 塩	•
立献立材	牛乳   <b>とう</b>    ハンひじ   □   □   □   □   □   □   □   □   □	# <b>53としのスープ</b> バーグのソース焼き きの炒めサラダ  パン  牛乳  とうもろこし 鶏卵 たまねぎ えのきたけ にんせり チキンスープ でんぷん うすくちしょう  鶏豚ハンバーグ トマトケチャップ とんかつソース ウスターソース 砂糖 みりん でんぷん もャベツ にんじん ひじき ささみ油漬け		牛関白白       □       ○       □ <th>煮魚の香味だれのスープ煮  ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚糖 うしょうか なりん ホキ 塩 こしょう でんぷん 油 根深酒 しょいくちしょうか 米酢 砂糖</th> <th>**</th> <th>牛乳を揚げん □ ○ ○ ○ △ △ △ △ □ ○ □ ○ □ △</th> <th>チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまないキムチ にんじん もやら ララダ油 みそ こいくちしょうゆ みりん ごま油 チキンスープ ポークシュウマイ 油 れんこん 米酢 まぐいしん 米酢 まぐいしん</th> <th># Pro</th> <th>牛乳肉イプロ       〇       〇       □       △       □       ○       □       △</th> <th>プロフォーンナーの香り揚げッコリーのツテー パン 牛乳 鶏肉 フォーをもやしにらいます。 マール できまれる できまれる できまれる アイン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン</th> <th>•</th>	煮魚の香味だれのスープ煮  ご飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚糖 うしょうか なりん ホキ 塩 こしょう でんぷん 油 根深酒 しょいくちしょうか 米酢 砂糖	**	牛乳を揚げん □ ○ ○ ○ △ △ △ △ □ ○ □ ○ □ △	チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまないキムチ にんじん もやら ララダ油 みそ こいくちしょうゆ みりん ごま油 チキンスープ ポークシュウマイ 油 れんこん 米酢 まぐいしん 米酢 まぐいしん	# Pro	牛乳肉イプロ       〇       〇       □       △       □       ○       □       △	プロフォーンナーの香り揚げッコリーのツテー パン 牛乳 鶏肉 フォーをもやしにらいます。 マール できまれる できまれる できまれる アイン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン	•
献立	牛乳   プン   プロ   〇   △ ○ △ △ △ △ △ □   □   □   △ △ ○ ○ ○ □   □   □   ○   ○   □   □   ○   ○	# <b>53としのスープ</b> バーグのソース焼き きの炒めサラダ  パン  牛乳  とうもろこし 鶏卵 たまねぎ えのきたけ にんじん パセリ チャンスープ でんぷん うすくちしょう  鶏豚ハンバーグ トマトケチャッス ウス糖 みりん でんが、 やいいしい いいとして ないがん さいがん かいでものがん でんがい にんじん かいがん さいがん さいがん さいがん さいがん さいがん さいがん さいがん さ		牛関白白       □       ○       □ <th>煮魚の香味だれのスープ煮  ご飯  牛乳  牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚糖 うすいくちしょうゆ みりん ホキ 塩 こしょう でんぷん 油 根深ねぎ 清っしょうが こいくちしょうゆ 米酢 砂糖</th> <th>**</th> <th>牛乳を揚げれん       □       ○       ○       △       △       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □</th> <th>チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまないキムチ にんじん もやし にら サラぞ こいくちしょうゆ みりん ごま油 チキンスープ ボークシュウマイ 油 れんこん 米酢 まぐいしん こま でんじん とこち でありた であます。 ボークシュウマイ 油 れんこん とこち である である。 である。 である。 である。 である。 である。 である。</th> <th># Pro</th> <th>牛乳肉イブロ       〇       〇       □       △       □       □       □       □       □       □       △       □&lt;</th> <th>のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たき もやし にら レモン、果汁 うすくちラー 砂糖 塩 こしょう チキンウインナー 天ぷシル 塩 油 プロッペンハム とうもろこし</th> <th></th>	煮魚の香味だれのスープ煮  ご飯  牛乳  牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚糖 うすいくちしょうゆ みりん ホキ 塩 こしょう でんぷん 油 根深ねぎ 清っしょうが こいくちしょうゆ 米酢 砂糖	**	牛乳を揚げれん       □       ○       ○       △       △       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □	チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまないキムチ にんじん もやし にら サラぞ こいくちしょうゆ みりん ごま油 チキンスープ ボークシュウマイ 油 れんこん 米酢 まぐいしん こま でんじん とこち でありた であます。 ボークシュウマイ 油 れんこん とこち である である。 である。 である。 である。 である。 である。 である。	# Pro	牛乳肉イブロ       〇       〇       □       △       □       □       □       □       □       □       △       □<	のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たき もやし にら レモン、果汁 うすくちラー 砂糖 塩 こしょう チキンウインナー 天ぷシル 塩 油 プロッペンハム とうもろこし	
立献立材	牛乳	まるとしのスープ バーグのソース焼ききの炒めサラダ パン 牛乳 とうもろこし 鶏卵 たまねぎ えのきたけ にんせり チキンスープ でんぷん うすくちしょう 鶏豚ハンバーグ トマトケチャップ とんかつソース ウスターソース 砂糖 みりん でんぷん キャベツ にんじん ひじき ささみ油漬け うすくちしょうゆ		牛関白白       □       ○       □ <th>煮魚の香味だれのスープ煮  ご飯  牛乳  牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚塊  でいくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん ホキ 塩こしんぷん 油 根深酒 しょうでんぷん 油 根深酒 しょうでんまうが こいくちしょうが 米酢 砂糖 はくさい とうもろこし</th> <th>**</th> <th>牛乳を捌けれる 「○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○</th> <th>チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまさいもん もやし にら サラぞ こいくちしょうゆ みりん ごま油 チキンスープ ボークシュウマイ 油 れんこん 米酢 まぐびしん と た で 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、</th> <th>***</th> <th>牛乳肉イプロ       〇       〇       ○&lt;</th> <th>プロフォーンナーの香り揚げッコリーのツテー パン 牛乳 鶏肉 フォー きゃし にら レモン 果汁 うすくち ラー 砂糖 塩 こしょう チキンウインナー 天ぷりル 塩 油 ブロッベッハ こしょう ちしょうけく ちしょうけん しょうくちしょうゆ</th> <th>•</th>	煮魚の香味だれのスープ煮  ご飯  牛乳  牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚塊  でいくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん ホキ 塩こしんぷん 油 根深酒 しょうでんぷん 油 根深酒 しょうでんまうが こいくちしょうが 米酢 砂糖 はくさい とうもろこし	**	牛乳を捌けれる 「○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○○	チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまさいもん もやし にら サラぞ こいくちしょうゆ みりん ごま油 チキンスープ ボークシュウマイ 油 れんこん 米酢 まぐびしん と た で 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、	***	牛乳肉イプロ       〇       〇       ○<	プロフォーンナーの香り揚げッコリーのツテー パン 牛乳 鶏肉 フォー きゃし にら レモン 果汁 うすくち ラー 砂糖 塩 こしょう チキンウインナー 天ぷりル 塩 油 ブロッベッハ こしょう ちしょうけく ちしょうけん しょうくちしょうゆ	•
立献立材	牛乳         ()	<b>もろこしのスープ</b> バーグのソース焼ききの炒めサラダ パン 牛乳 とうもろこし 鶏卵 たまるきたけ にんじん パセリ チキぷん うすとしょう 鶏豚ハンバーグ トマトケかつーソース 砂糖 みりん ぶん キャベツ にんじき ささすダドレッシング 米酢 サラダ油		牛関白白       □       ○       □ <th>煮魚の香味だれのスープ煮  ご飯  牛乳  牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚糖 うすいくちしょうゆ みりん ホキ 塩 こしょう でんぷん 油 根深ねぎ 清っしょうが こいくちしょうゆ 米酢 砂糖</th> <th>**</th> <th>牛乳を揚げれん       □       ○       ○       △       △       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □</th> <th>チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまないキムチ にんじん もやし にら サラぞ こいくちしょうゆ みりん ごま油 チキンスープ ボークシュウマイ 油 れんこん 米酢 まぐいしん こま でんじん とこち でありた であます。 ボークシュウマイ 油 れんこん とこち である である。 である。 である。 である。 である。 である。 である。</th> <th># Pro</th> <th>牛乳肉イプロ       〇       〇       ○&lt;</th> <th>のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たき もやし にら レモン、果汁 うすくちラー 砂糖 塩 こしょう チキンウインナー 天ぷシル 塩 油 プロッペンハム とうもろこし</th> <th></th>	煮魚の香味だれのスープ煮  ご飯  牛乳  牛肉 じゃがいも にんじん こんにゃく 厚揚糖 うすいくちしょうゆ みりん ホキ 塩 こしょう でんぷん 油 根深ねぎ 清っしょうが こいくちしょうゆ 米酢 砂糖	**	牛乳を揚げれん       □       ○       ○       △       △       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □	チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまないキムチ にんじん もやし にら サラぞ こいくちしょうゆ みりん ごま油 チキンスープ ボークシュウマイ 油 れんこん 米酢 まぐいしん こま でんじん とこち でありた であます。 ボークシュウマイ 油 れんこん とこち である である。 である。 である。 である。 である。 である。 である。	# Pro	牛乳肉イプロ       〇       〇       ○<	のフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのソテー パン 牛乳 鶏肉 フォー たき もやし にら レモン、果汁 うすくちラー 砂糖 塩 こしょう チキンウインナー 天ぷシル 塩 油 プロッペンハム とうもろこし	
立献立材	牛乳   プン   プン   プロ   〇   △ ○ △ △ △ △ △   □   □   □   △ △ ○ ○ □   □   □   □   □   □   □   □   □	きろとしのスープ バーグのソース焼ききの炒めサラダ パン 牛乳 とう卵卵 たまるきにしい 現卵の たまさき はいい アイン		牛関白白       □       ○       □ <th>煮魚の香味だれのスープ煮  ご飯  牛乳  牛肉 じゃんじん こんにゃく 厚別糖 うしょうか かりん ホキ 塩 こしんぷん 油 根深酒 しょうが こいくちしょうか 米が では、こいであるから、一キーンスープ 塩</th> <th>**</th> <th>牛乳を揚げれん       □       ○       ○       △       △       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □</th> <th>チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまさいもん もやら ララそ こいくちしょうゆ みりん ごまコンマイ 油 れんこん 米酢 まぐびじん もりた ごまったっしょうか みでしてもしょうか みでしたっかった。 はんじん からかった。 でありた。 でありた。 でありた。 でありた。 でありた。 でありた。 でありた。 でありた。 でありた。 でありなりでありた。 であり、 でっと。 でっと。 でも。 でも。 でも。 でも。 でも。 でも。 でも。 でも。 でも。 でも</th> <th>***</th> <th>牛乳肉イプロ       〇       〇       ○&lt;</th> <th>プロフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのツテー パン 牛乳 鶏肉フォーをもしい らしているできます。 では、カーでは、カーでは、カーでは、カーでは、カーでは、カーでは、カーでは、カー</th> <th></th>	煮魚の香味だれのスープ煮  ご飯  牛乳  牛肉 じゃんじん こんにゃく 厚別糖 うしょうか かりん ホキ 塩 こしんぷん 油 根深酒 しょうが こいくちしょうか 米が では、こいであるから、一キーンスープ 塩	**	牛乳を揚げれん       □       ○       ○       △       △       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □	チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまさいもん もやら ララそ こいくちしょうゆ みりん ごまコンマイ 油 れんこん 米酢 まぐびじん もりた ごまったっしょうか みでしてもしょうか みでしたっかった。 はんじん からかった。 でありた。 でありた。 でありた。 でありた。 でありた。 でありた。 でありた。 でありた。 でありた。 でありなりでありた。 であり、 でっと。 でっと。 でも。 でも。 でも。 でも。 でも。 でも。 でも。 でも。 でも。 でも	***	牛乳肉イプロ       〇       〇       ○<	プロフォー ンナーの香り揚げ ッコリーのツテー パン 牛乳 鶏肉フォーをもしい らしているできます。 では、カーでは、カーでは、カーでは、カーでは、カーでは、カーでは、カーでは、カー	
立献立材	牛乳         ()	<b>もろこしのスープ</b> バーグのソース焼ききの炒めサラダ パン 牛乳 とうもろこし 鶏卵 たまるきたけ にんじん パセリ チキぷん うすとしょう 鶏豚ハンバーグ トマトケかつーソース 砂糖 みりん ぶん キャベツ にんじき ささすダドレッシング 米酢 サラダ油		牛関白白       □       ○       □ <th>煮魚の香味だれのスープ で飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんんにゃく 厚糖 うしょうか かりん ホキ 塩しょう でんぷん 油 根深酒 しょうでんぷん 油 根深酒 しょうか 米酢 でもしょうか かりん ボキューシャでもしょうか 大ちしょうか かりん ボキューシャでもしょうか 大ちしょうか でんぷん はでんぷん はでんぷん はでんぷん はでんぷん はでんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても にいること でんっても にいること でんっても にいること でんっても にいること でんっても でんっても にいること でんっても でんってっても でん。 でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でん。 でん。 でん。 でん。 でん。 でん。 でん。 でん。</th> <th>**</th> <th>牛乳を揚げれん       □       ○       ○       △       △       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □</th> <th>チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまくいじん もやら ララそ こいくちしょうゆ みといくちしょうゆ みりん ごまキンス・コウマイ 油 れんこん 米酢 まぐびじんま ラブマイ 油 れんこん 米酢 まぐがし にんずりし こっすって カルこん 米酢 まぐがし にんま カークシュュウマイ 油 れんこん 大しこん カークシュウマイ カルこん カークシュウマイ カルこん カークシュウ カークシュウ カークシュウ カークショウ カークショウ カークショウ カークショウ カークショウ カークショウ カーの カーの カーの カーの カーの カーの カーの カーの カーの カーの</th> <th>***</th> <th>牛鶏肉イブ       □<!--</th--><th>プロフォーンナーの否り揚げッコリー ・</th><th></th></th>	煮魚の香味だれのスープ で飯 牛乳 牛肉 じゃがいも にんんにゃく 厚糖 うしょうか かりん ホキ 塩しょう でんぷん 油 根深酒 しょうでんぷん 油 根深酒 しょうか 米酢 でもしょうか かりん ボキューシャでもしょうか 大ちしょうか かりん ボキューシャでもしょうか 大ちしょうか でんぷん はでんぷん はでんぷん はでんぷん はでんぷん はでんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても にいること でんっても にいること でんっても にいること でんっても にいること でんっても でんっても にいること でんっても でんってっても でん。 でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でんっても でん。 でん。 でん。 でん。 でん。 でん。 でん。 でん。	**	牛乳を揚げれん       □       ○       ○       △       △       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □       ○       □	チゲシュウマイ こんとツナのサラダ ご飯 牛乳 豚肉 清酒 豆腐 たまくいじん もやら ララそ こいくちしょうゆ みといくちしょうゆ みりん ごまキンス・コウマイ 油 れんこん 米酢 まぐびじんま ラブマイ 油 れんこん 米酢 まぐがし にんずりし こっすって カルこん 米酢 まぐがし にんま カークシュュウマイ 油 れんこん 大しこん カークシュウマイ カルこん カークシュウマイ カルこん カークシュウ カークシュウ カークシュウ カークショウ カークショウ カークショウ カークショウ カークショウ カークショウ カーの カーの カーの カーの カーの カーの カーの カーの カーの カーの	***	牛鶏肉イブ       □ </th <th>プロフォーンナーの否り揚げッコリー ・</th> <th></th>	プロフォーンナーの否り揚げッコリー ・	











### 学校給食献立表(南部学校給食センターB) 令和6年度3月分(3/3~3/18) 姫路市教育委員会

	3月13日(木)	3月14日(金)	3月17日(月)	3月18日(火)	
献立	あんかけ丼 牛乳 いわしフライ もやしのごま酢和え	パン 牛乳 カイン・ザウ チリコンカン ツナポテト	ご飯 牛乳 カレーうどん <b>枝豆のかき揚げ(米粉)</b> 手作りふりかけ	- <b>食育の日</b> - ご飯 牛乳 ひね鶏と大根のスープ さばの有馬揚げ 小松菜と大豆のサラダ みかんゼリー	
	ご飯	ロルン	□ ご飯	ご飯	
	○   豚肉	○ 牛乳 ・	〇 牛乳 一	〇 牛乳 一	
献立	にんじん	○	□ うどん ○ 豚肉 ○ 油揚げ たまねぎ にんじん △ 標ねぎ カレー州ウ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん 塩	○ ひね鶏 清酒 だいこん たまねぎ にんじん チンゲンサイ しょうが 塩 こしょう うすくちしょうゆ チキンスープ	
	塩 でんぷん 削り節(だし)	○ 大豆 ○ 豚肉 △ たまねぎ	□ でんぷん 削り節(だし) □ えだまめ	○ さば うすくちしょうゆ みりん	
	〇 牛乳	- △   ピーマン   □   サラダ油	△ とうもろこし △ たまねぎ	清酒山椒粉	
材	○ いわしのカリカリフライ	△   \Z\	△ にんじん	□ でんぷん	
料	<ul><li>△ もやし</li><li>△ にら</li><li>塩</li><li>△ にんじん</li><li>砂糖</li><li>うすくちしょうゆ</li><li>米酢</li></ul>	トマトケチャップ ウスターソース 塩 こしょう チリパウダー でんぷん  じゃがいも △ にんじん	○ ピッコロハム 塩 天ぷら粉(米粉) □ 油 ○ ひじき △ こまつな 塩 □ ごま	□ 油  □ こまつな □ キャベツ ○ チキンハム ○ 大豆 □ ごま □ サラダドレッシング うすくちしょうゆ	
		○ まぐろ油漬け □ サラダドレッシング 塩 こしょう	○ かつおぶし □ 砂糖 こいくちしょうゆ みりん	塩 こしょう	

# 作ってみませんか?

# チリコンカン

-3月14日(金)-

チリコンカンはアメリカ南部の家庭料理です。 ご飯にのせたり、パンにはさんで食べてね。

材料 5人分 分量(g)				
大豆水煮 100	トマト(カット缶詰) 50			
豚ももミンチ 75	トマトケチャップ 30			
たまねぎ 100	ウスターソース 10			
にんじん 50	塩2			
ピーマン 30	こしょう 少々			
サラダ油 適量	(あれば)チリパウダー 1.5			

#### [作り方]

- ①たまねぎ、ピーマン、にんじんは1cm角程度に切る。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、豚ひき肉・たまねぎ・にんじん・ピーマ ンを順に炒める。
- ③トマト・ケチャップ・ソースを加えて、煮る。
- ④大豆を加え、塩・こしょう・チリパウダーを入れて仕上げる。
- ※水分が多ければ、水溶き片栗粉でとろみをつけてください。 (片栗粉小さじ1・水小さじ2)

# 3月平均 栄養量

(中学校)

エネノ	レギー	792kcal		
たんし	ぱく質	30.8g		
脂質		30.6%		
カル	シウム	352mg		
鉄		2.8mg		
	А	242µgRAE		
ビタミン	В1	0.52mg		
ミン	B2	0.58mg		
	С	26mg		
食塩	相当量	3.2g		
食物	繊維	6.4g		
マグネ	シウム	98mg		
亜鉛		3.2mg		

□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

乳製品: МПК



かに:



