

3月11日(月)		3月12日(火)		3月13日(水)		3月14日(木)	
小574kcal 中709kcal		小648kcal 中790kcal					
ごはん 牛乳 豚キムチ トック入りスープ		ごはん 牛乳 鯖の塩焼き ほうれん草と白菜の かつお和え かす汁		卒業式予行のため給食なし		卒業式のため給食なし	
食材名 分量(g)		食材名 分量(g)					
米	80 g	米	80 g	新年度の給食は 4月11日(木)からはじまります。 			
牛乳	1本	牛乳	1本				
豚肉	40 g	塩鯖					
にんじん	10 g	小学校(40g)	1切				
たまねぎ	30 g	中学校(50g)	1切				
キャベツ	40 g	サラダ油	0.3 g				
キムチ(ノアレルゲン)	30 g	ほうれんそう(八幡産)	15 g				
青ねぎ(八幡産)	5 g	はくさい	30 g				
サラダ油	1 g	糸かつお	1 g				
トウバンジャン	0.2 g	さとう	0.5 g				
合わせみそ	3 g	濃口しょうゆ	2 g				
こしょう	0.02 g	豚肉	10 g				
濃口しょうゆ	2 g	油揚げ	5 g				
鶏肉	10 g	大根	30 g				
にんじん	10 g	にんじん	15 g				
太もやし	20 g	突きこんにゃく	10 g				
トック	15 g	青ねぎ(八幡産)	5 g				
チンゲン菜	20 g	八幡のみそ	9 g				
土しょうが	0.5 g	八幡の白みそ	3 g				
塩	0.5 g	酒かす	8 g				
こしょう	0.02 g	けずりぶし	3 g				
薄口しょうゆ	2 g	水	100 g				
けずりぶし	3 g						
水	100 g						
		八幡 食育の 日					
3月15日(金)		3月18日(月)		3月19日(火)		3月21日(木)	
小750kcal 中900kcal		小588kcal 中666kcal		中679kcal		中865kcal	
カレーライス トッピング フランクフルト 牛乳 いちご杏仁ポンチ		ウインナーピラフ 牛乳 オニオンスープ りんごゼリー		わかめご飯 牛乳 肉団子のスープ ちくわと小松菜のごまあえ		ごはん 牛乳 ハンバーグ きゃべつのみそ汁	
食材名 分量(g)		食材名 分量(g)		食材名 分量(g)		食材名 分量(g)	
米	74 g	米	70 g	米	80 g	米	80 g
麦	6 g	ポークウインナー	20 g	たきこみわかめ	2 g	牛乳	1本
牛肉	15 g	にんじん	5 g	牛乳	1本	牛ミンチ	25 g
塩	0.3 g	たまねぎ	5 g	豚ミンチ	10 g	豚ミンチ	35 g
こしょう	0.04 g	ホールコーン	5 g	鶏ミンチ	30 g	たまねぎ	25 g
ジンジャーパウダー	0.04 g	塩	0.5 g	青ねぎ	2 g	パン粉	7 g
ガーリックパウダー	0.04 g	こしょう	0.02 g	土しょうが	0.5 g	牛乳	3 g
たまねぎ	60 g	濃口しょうゆ	1 g	塩	0.1 g	液卵	10 g
にんじん	20 g	チキンスープ	10 g	こしょう	0.02 g	塩	0.7 g
じゃがいも	50 g	牛乳	1本	酒	0.5 g	こしょう	0.02 g
チキンスープ	5 g	ベーコン	5 g	濃口しょうゆ	1 g	ナツメグ	0.05 g
水	10 g	にんじん	10 g	片栗粉	3 g	ウスターソース	1 g
マーガリン	6 g	たまねぎ	50 g	はるさめ	5 g	トマトチャップ	3 g
小麦粉	6 g	青ねぎ(八幡産)	5 g	にんじん	10 g	赤ワイン	0.5 g
ペーストチャツネ	1.5 g	塩	0.5 g	チンゲン菜	15 g	トマトチャップ	9 g
塩	0.8 g	こしょう	0.02 g	薄口しょうゆ	3 g	ウスターソース	4 g
こしょう	0.02 g	薄口しょうゆ	2 g	塩	0.3 g	さとう	2 g
オールスパイス	0.02 g	けずりぶし	3 g	こしょう	0.02 g	キャベツ	30 g
赤ワイン	2 g	水	100 g	けずりぶし	3 g	油揚げ	5 g
トマトチャップ	2 g	りんごジュース	40 g	水	100 g	じゃがいも	20 g
ウスターソース	1 g	イナアガー	2 g	ちくわ	10 g	にんじん	10 g
カレー粉	0.5 g	上白糖	3 g	太もやし	30 g	青ねぎ(八幡産)	5 g
カルダモン	0.01 g	水	30 g	小松菜	20 g	八幡のみそ	9 g
コリアンダー	0.01 g			白すりごま	1 g	八幡の白みそ	3 g
ローリエ	0.01 g			さとう	0.5 g	けずりぶし	3 g
水	90 g			濃口しょうゆ	2 g	水	100 g
牛乳	1本						
杏仁豆腐	20 g						
カットゼリーいちご味	20 g						
黄桃(缶)	20 g						