

3がつこんだてひょう



みえるところにはってね!
南丹市立日吉学校給食共同調理場

日・曜日	こんだて	ざいりょう			えいようか	
		(あか)	(き)	(みどり)	エネルギー	たんぱく質
		ち・にく・ほね になる	ねつ・ちからのもと になる	からだのちょうしを ととのえる	kcal	g
2・月	ごはん じゃがいものそぼろに ぐだくさんみそしる ふりかけ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく みそ さつまあげ にぼし けずりぶし のりかつおふりかけ	★ごはん じゃがいも さとう あぶら	たまねぎ ★あおねぎ にんじん しょうが さんどまめ キャベツ	582	24.9
3・火	ひなまつり・おたんじょうづきぎゅうしよく ちらしずし ほしがたコロッケ すましじる ひなまつりデザート ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう かまぼこ けずりぶし ★とうふ わかめ かつおぶし	★ごはん さとう ほしのコロッケ あぶら さんしょくゼリー	にんじん れんこん ほししいたけ さんどまめ たまねぎ ★あおねぎ	665	20.5
4・水	きなこあげパン さっぱりポテトサラダ ポトフ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう きなこ ツナ ウインナー	コッペパン ごまあぶら さとう あぶら じゃがいも ごま	キャベツ たまねぎ ★みぶな ブロッコリー にんじん はくさい ★だいこん	562	22.5
5・木	キムチチャーハン あげしゅうまい わかめスープ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ★ぶたにく けずりぶし とうふしゅうまい わかめ かつおぶし	★ごはん ごまあぶら あぶら	はくさいキムチ にんじん ★あおねぎ もやし キャベツ	676	26.1
6・金	ごはん サワラのてりやき あおなとひきにくのいためもの キャベツのみそしる ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう サワラ みそ とりにく にぼし ★あぶらあげ けずりぶし	★ごはん さとう かたくりこ あぶら はるさめ	しょうが ★あおねぎ にんじん たまねぎ ★こまつな キャベツ	620	30.3
9・月	そつぎょうおいわいこんだて わかめごはん やきにくサラダ とうふのみそしる おいわいデザート ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう たきこみわかめ ぎゅうにく にぼし ★とうふ みそ ★あぶらあげ けずりぶし	★ごはん ごま さとう あぶら しらたき ごまあぶら すだちゼリー	にんにく はくさい しょうが ★あおねぎ キャベツ もやし にんじん ★みぶな	717	24.5
10・火	なんたんしょくいくのひこんだて ごはん サバのみそに きりぼしだいこんの味噌サラダ ぶたじる ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう サバ みそ ★ぶたにく さつまあげ にぼし けずりぶし	★ごはん さとう ハニッグ マヨネーズ	しょうが たまねぎ きりぼしだいこん にんじん ★あおねぎ ★みぶな キャベツ ごぼう	723	31.8
11・水	コッペパン クリームシチュー はるさめサラダ いちごジャム ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく	コッペパン はるさめ じゃがいも ごまあぶら バター さとう こむぎこ ごま あぶら いちごジャム	たまねぎ ブロッコリー にんじん キャベツ ★ほうれんそう	672	24.4

◎ 献立内容は気候などの都合により変更になる場合があります。
◎ ★印がついているのは、南丹市で栽培・製造された食材です。



3がつこんだてひょう



みえるところにはってね!
南丹市立日吉学校給食共同調理場

日・曜日	こんだて	ざいりょう			えいようか	
		(あか)	(き)	(みどり)	エネルギー	たんぱく質
		ち・にく・ほね になる	ねつ・ちからのもと になる	からだのちょうしを ととのえる	kcal	g
12・木	とりかまめし ゆかりあえ けんちんじる ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく にぼし ★とうふ ★あぶらあげ けずりぶし	★ごはん あぶら さとう さといも かたくりこ	ほししいたけ ごぼう もやし にんじん ★だいこん さんどまめ ★あおねぎ ★こまつな	626	28.3
13・金	むぎごはん ピリからにくみそどん 〔にくみそ ポイルやさい ちゅうかスープ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ★ぶたにく みそ ★とうふ けずりぶし かつおぶし	★むぎごはん あぶら さとう かたくりこ ごまあぶら	たまねぎ チンゲンサイ にんじん もやし しょうが ピーマン にんにく キャベツ	628	28.7
16・月	ごはん とりにくのレモンさかけ キャベツとコーンのサラダ あおねぎのみそしる ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく にぼし ★あぶらあげ みそ けずりぶし	★ごはん しょうしんこ かたくりこ あぶら さとう	レモンかじゅう ★みぶな だいこん キャベツ ★あおねぎ にんじん コーン	738	31.2
17・火	ごはん にくどうふ もやしのナムル ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ★ぶたにく ★やきどうふ さつまあげ	★ごはん あぶら しらたき さとう ごまあぶら	たまねぎ にんじん ★あおねぎ ★こまつな もやし	653	25.1
18・水	ごはん カレーライス フルーツポンチ ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく	★ごはん こむぎこ あぶら しょうしんこ じゃがいも はちみつ バター	にんにく みかんゼリー しょうが みかん たまねぎ おうとう にんじん すりおろしりんご	683	19.0

◎ 献立内容は気候などの都合により変更になる場合があります。◎ ★印がついているのは、南丹市で栽培・製造された食材です。

♪3月に使用する主な食材の産地をお知らせします♪ ※収穫時期や市場の入荷状況等により変更することがあります。

米・小松菜・壬生菜・大根・ほうれん草・青ねぎ・豚肉(日吉町)豆腐・油揚げ(日吉町製造:原料大豆滋賀県)牛乳(京都府・兵庫県・滋賀県・岡山県・長崎県・熊本県・愛知県・三重県・北海道)もやし・しらたき(京都府)キャベツ(愛知県・大阪府・京都府)白菜(岡山県・愛知県)チンゲンサイ(静岡県・愛知県)生姜(高知県)にんにく(青森県)人参(鹿児島県・長崎県)玉ねぎ・じゃがいも・三度豆(北海道)干し椎茸(九州)里芋(国産)ピーマン(高知県・宮崎県)ブロッコリー・れんこん(徳島県)切干大根(宮崎県)ごぼう(栃木県)サバ(長崎県)牛肉(国産)鶏肉(鹿児島県)

今年度の給食は3月18日で終了します。給食カレンダーを通して、子どもたちのうれしい笑顔をたくさん届けてもらいました。「おいしかった!」や「ごちそうさま」の感想、空っぽになって教室から戻ってきた食缶を見ることが、調理場一同の大きな励みになっています。来年度も食品や調理過程の安全には細心の注意を払いながら、おいしい給食を毎日提供できるように努めていきます。

また、卒業生のみなさんには給食を通して出会った味のことを忘れず、給食で学んだ食べ物や食べ方についての知識や経験を、学校給食の楽しい思い出とともに、ぜひこれからの生活に生かしてください。1年間本当にありがとうございました。



<input type="checkbox"/> よくかんで 食べられた!	<input type="checkbox"/> にがてなものを ひと口は食べられた	<input type="checkbox"/> よく味わい ながら食べられた	<input type="checkbox"/> 作ってくれる人の 気持ちや食べ物を 大切に食べられた

