



徳島市小学校給食予定献立表



徳島市教育委員会

平成31年 3月分

| 日 曜 | 献立内容 | | 材 料 名 (食 品 名) | | |
|------|---------------------------|---|--------------------------------------|---|---|
| | | | 赤 血や肉や骨に なるもの | 緑 体の調子を 整えるもの | 黄 働く力や熱に なるもの |
| 1 金 | 米粉入り 小型黒糖パン | 牛乳 焼きビーフン ささみフライ 桃の杏仁豆腐 | 牛乳 豚肉 いか ちくわ ささみフライ | キャベツ たまねぎ にんじん | パン 黒砂糖 ビーフン 油 ごま油 桃の杏仁豆腐 |
| 4 月 | ご は ん | 牛乳 キャベツのメンチカツ はくさいのあさりあえ 大豆入りきんぴらごぼう | 牛乳 キャベツのメンチカツ あさりの佃煮 豚肉 大豆 ちくわ | はくさい ごぼう こんにゃく にんじん たけのこ さやいんげん | 精白米 強化米 油 さとう 白ごま ごま油 |
| 5 火 | (ご は ん) | 牛乳 ハヤシライス フレンチサラダ フレンチドレッシング | 牛乳 豚肉 | たまねぎ にんじん グリンピース にんにく トマトピューレ キャベツ きゅうり とうもろこし | 精白米 強化米 じゃがいも 油 ハヤシルウ 生クリーム デミグラスソース フレンチドレッシング |
| 6 水 | ご は ん | 牛乳 ホキのごまみそかけ 菜の花のすまし汁 | 牛乳 ホキ 赤みそ とうふ かまぼこ | たまねぎ にんじん 菜の花 干しいたけ | 精白米 強化米 でんぷん 油 さとう 白ごま |
| 7 木 | (ご は ん) | 牛乳 親子丼 すだち酢あえ ハニーピーナッツ | 牛乳 とり肉 かまぼこ 卵 ちりめん | にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ キャベツ 小松菜 すだち酢 | 精白米 強化米 さとう ハニーピーナッツ |
| 8 金 | 米粉入りパン メープルジャム | 牛乳 チリソース煮 れんこんサラダ オニオンドレッシング | 牛乳 とり肉 いか えび うずら卵 | たけのこ たまねぎ にんじん グリンピース にんにく しょうが れんこん 小松菜 とうもろこし | パン 油 さとう でんぷん メープルジャム オニオンドレッシング |
| 11 月 | 米粉入り あげパン | 牛乳 ツナオムレツ ブロッコリー マヨネーズ えびと水菜のスープ | 牛乳 ツナオムレツ えび | ブロッコリー 水菜 にんじん たまねぎ とうもろこし | パン 油 さとう マヨネーズ でんぷん |
| 12 火 | ご は ん | 牛乳 とり肉とこんにゃくのみそ煮 おひたし はるか | 牛乳 とり肉 がんもどき 赤みそ 花かつお | しょうが こんにゃく ごぼう にんじん さやいんげん はくさい ほうれん草 はるか | 精白米 強化米 油 さとう |
| 13 水 | 麦 ご は ん | 牛乳 えびフライ ポイルキャベツ ウスターソース けんちん汁 お祝いクレープ | 牛乳 えびフライ とうふ とり肉 油揚げ | キャベツ 大根 にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ | 精白米 強化米 押麦 油 じゃがいも ごま油 お祝いクレープ |
| 15 金 | 米粉入り 小型パン チョコレートパテ | 牛乳 スパゲティミートソース 大根サラダ 青じそドレッシング | 牛乳 豚肉 | たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース にんにく トマトピューレ 大根 きゅうり | パン チョコレートパテ スパゲティ 油 |
| 18 月 | ご は ん | 牛乳 さんまのうまか煮 梅和え ひじきのいため煮 | 牛乳 さんまのうまか煮 とり肉 ひじき がんもどき 大豆 | はくさい 梅 こんにゃく にんじん さやいんげん | 精白米 強化米 油 さとう |
| 19 火 | なるとわかめ ご は ん | 牛乳 しいたけフライ ケチャップ 切り干し大根のツナあえ | 牛乳 わかめごはんの素 とり肉 豚肉 ツナ | しいたけ 切り干し大根 にんじん 小松菜 キャベツ | 精白米 強化米 油 さとう 白ごま パン粉 |
| 20 水 | ご は ん ふりかけ (しそかつお) | 牛乳 とり肉のからあげ みそ汁 | 牛乳 とり肉 油揚げ とうふ 赤みそ 白みそ | しょうが たまねぎ にんじん ねぎ | 精白米 強化米 でんぷん 油 さつまいも |

※パンについては、業務用のパンです。

は、食育の日の献立です。徳島市産の精白米、しいたけ、徳島県産のわかめごはんの素、牛乳、切り干し大根、にんじん小松菜、キャベツを使っています。わたしたちが住む徳島市や徳島県のおいしい食べ物を味わって食べてください。