

令和5年度 3月詳細献立 (ご家庭、学校での確認をお願いします。)

日	献立名	材料名
1日 (金)	ちらしずし	米、ちらし寿司の素(砂糖、にんじん、醸造酢、たけのこ、れんこん、食塩、しょうゆ、かんぴょう、干しいたけ、節節エキス、昆布エキス、醸造調味料、みりん)、のり
	花のハンバーグ 和風あんかけ	花型ハンバーグ(たまねぎ、鶏肉、豆腐、おから、粒状植物性たん白、植物油、にんじん、砂糖、食塩、水溶性食物繊維、小麦不使用しょうゆ、酵母エキス、にんにく、液状混合調味料、香辛料、しょうが、水、加工でん粉、炭酸カルシウム、凝固剤、ピロリン酸第二鉄、安定剤(グァーガム))、【タレ】濃口しょうゆ、みりん、砂糖、でん粉
	なばなのごまマヨ和え	なばな、きゃべつ、にんじん、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油、醸造酢、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白、香辛料、酵母エキスパウダー、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物、水)、みそ、濃口しょうゆ、白すりごま、白いりごま
	ほたてのすまし汁	豆腐、ほたて、だいこん、ぶなしめじ、みつば、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、薄口しょうゆ、食塩
	ひなあられ	うるち米、砂糖、発酵調味料、でん粉、トマトパウダー、ほうれんそうパウダー、食塩、パプリカパウダー、昆布、青のり
	牛乳	牛乳
4日 (月)	ごはん	米
	揚げ餃子	餃子(きゃべつ、たまねぎ、にら、豚肉、豚脂、でん粉加工食品、香味油、しょうゆ、酵母エキス、食塩、砂糖、しょうが、香辛料、小麦粉、小麦たん白、食塩、水、加工でん粉、炭酸カルシウム、ピロリン酸鉄)、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコン)
	野菜の中華和え	きゃべつ、にんじん、もやし、ほうれんそう、白いりごま、濃口しょうゆ、砂糖、酢、ごま油
	トック入りスープ	鶏肉、にんじん、たまねぎ、しいたけ、じゃがいも、みずな、トック(米粉、水、食塩、酒精、pH調整剤、乳化剤)、ヘルシーファーム中華スープの素(食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、魚醤パウダー、酵母エキスパウダー、食用植物油、ジンジャーパウダー、調味動物油脂、こしょう、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、チキンパウダー、カラメル色素 ※一部にごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)、ごま油、濃口しょうゆ、食塩、こしょう
	りんご (中学校のみ)	りんご
	牛乳	牛乳
5日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	大豆ミート入り ドライカレー	豚肉、鶏肉、大豆ミート(大豆、クエン酸鉄)、大豆、たまねぎ、ピーマン、米油、三温糖、カレー粉、トマトケチャップ(トマト、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料)、中濃ソース(醸造酢、トマト、プルーン、たまねぎ、にんじん、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、食塩、コーンスターチ、たん白加水分解物(とうもろこし)、酵母エキス、香辛料、水)、食塩、こしょう
	フレンチサラダ	きゃべつ、だいこん、にんじん、ブロッコリー、とうもろこし、酢、オリーブオイル、ひまわり油、食塩、こしょう、砂糖
	チンゲンサイと卵の スープ	ベーコン(豚肉、食塩、砂糖、香辛料(ペッパー、オニオンパウダー、ジンジャー))、チンゲンサイ、えのきだけ、にんじん、鶏卵、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料)、食塩、こしょう、でん粉
牛乳	牛乳	
6日 (水)	ごはん	米
	にしんのみぞれ煮	にしんのみぞれ煮(にしん、だいこん、しょうゆ、砂糖、みりん、米でん粉、食塩、水)
	じゃがいもの塩麴 炒め	鶏肉、しょうが、米油、酒、じゃがいも、にんじん、こんにゃく、枝豆、液体塩麴(米麴、食塩、酒精)、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	豚汁	豚肉、米油、豆腐、しいたけ、にんじん、だいこん、ごぼう、ねぎ、酒、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ、濃口しょうゆ
	お祝いクレープ (中学校のみ)	豆乳、加工油脂、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、麦芽糖、砂糖、いちごピューレ(いちご、砂糖、水あめ、ぶどう糖果糖液糖)、植物油、米粉、水あめ、いちご果汁、大豆粉、小麦不使用しょうゆ、水、加工でん粉、トレハロース、増粘剤(ガードラン)、乳化剤、炭酸カルシウム、ゲル化剤(増粘多糖類)、香料、安定剤(増粘多糖類)、ビタミンC、紅麴色素、メタリン酸ナトリウム、カラメル色素、酸味料、ピロリン酸第二鉄、ベーキングパウダー、カロチノイド色素
牛乳	牛乳	
7日 (木)	ごはん	米
	カップエッグ	鶏卵、食塩
	きゃべつのカレー ソテー	きゃべつ、にんじん、ベーコン(豚肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス))、ピーマン、マッシュルーム、ブロッコリー、米油、にんにく、カレー粉、食塩、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料)
	鶏ごぼうスープ	鶏肉、米油、ごぼう、にんじん、たまねぎ、えのきだけ、豆腐、チンゲンサイ、じゃがいも、薄口しょうゆ、濃口しょうゆ、こしょう、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	国産みかんゼリー	うんしゅうみかん、水あめ、砂糖、水溶性食物繊維、ゲル化剤(増粘多糖類)、ビタミンC、クエン酸鉄ナトリウム
牛乳	牛乳	

令和5年度 3月詳細献立 (ご家庭、学校での確認をお願いします。)

日	献立名	材料名
8日 (金)	麦ごはん	米、大麦
	いわしのカリカリフライ	いわしのカリカリフライ(まいわし、還元水飴、たん白加水分解物、砂糖、しょうが、食塩、発酵調味料、衣【じゃがいも、でん粉、玄米粉、米粉パン粉、植物油、食塩、酵母エキス、香辛料】、揚げ油(菜種油、パーム油)、加水)、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコン)
	いかと大根の煮物	いか、だいこん、にんじん、じゃがいも、さやいんげん、濃口しょうゆ、みりん、酒、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	めかぶ汁	めかぶ、にんじん、はくさい、豆腐、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	りんご	りんご
	牛乳	牛乳
11日 (月)	ごはん	米
	味付け海苔	乾海苔、砂糖、食塩、みりん、昆布、酵母エキス、かつお削り節、いりこ、しいたけ、唐辛子、水
	彩り野菜玉子焼き	彩り野菜玉子焼き(液卵、植物油、砂糖、にんじん、豚肉、たまねぎ、米・でん粉発酵調味料、しょうゆ、ほうれんそう、食塩、かつお節だし、ゼラチン、昆布、魚介エキスパウダー、水)
	ツナ和え	もやし、きゅうり、にんじん、わかめ、ツナフレーク(かつお、めばちまぐろ、大豆油、野菜エキス、食塩、調味料(アミノ酸)、水)、酢、砂糖、濃口しょうゆ、食塩、ごま油、白いりごま
	たら汁	たら、酒、豆腐、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、食塩
	牛乳	牛乳
12日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	いわて純情メンチカツ	いわて純情メンチカツ(豚肉、豚脂肪、たまねぎ、ドライパン粉、砂糖、ウスターソース、小麦粉加工品、食塩、酵母エキス、香辛料、炭酸カルシウム、加水、バター(加工でん粉、増粘多糖類、加水)、パン粉)、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコン)
	きゃべつと塩昆布和え	きゃべつ、きゅうり、にんじん、塩昆布(しょうゆ、昆布、食塩、砂糖、甘味料(ソルビトール)、調味料(アミノ酸等)、糊料(プルラン)、薄口しょうゆ、白いりごま、ごま油
	鶏ちゃんこ汁	鶏肉、米油、にんじん、だいこん、はくさい、ぶなしめじ、ねぎ、油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、みそ、濃口しょうゆ、酒、だし汁(かつお、煮干し、さば)、一味唐辛子粉
	お祝いクレープ(三ヶ尻小のみ)	豆乳、加工油脂、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、麦芽糖、砂糖、いちごピューレ(いちご、砂糖、水あめ、ぶどう糖果糖液糖)、植物油、米粉、水あめ、いちご果汁、大豆粉、小麦不使用しょうゆ、水、加工でん粉、トレハロース、増粘剤(ガードラン)、乳化剤、炭酸カルシウム、ゲル化剤(増粘多糖類)、香料、安定剤(増粘多糖類)、ビタミンC、紅麴色素、メタリン酸ナトリウム、カラメル色素、酸味料、ピロリン酸第二鉄、ベーキングパウダー、カロチノイド色素
	牛乳	牛乳
13日 (水)	ごはん	米
	さけの塩焼き	さけ、食塩
	こんにゃくと野菜のごま煮	こんにゃく、鶏肉、しいたけ、たけのこ、にんじん、さやいんげん、ごま油、三温糖、酒、濃口しょうゆ、白すりごま、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	かきたま汁	鶏卵、豆腐、たまねぎ、にんじん、こまつな、薄口しょうゆ、濃口しょうゆ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、食塩、酒、でん粉
	お祝いクレープ	豆乳、加工油脂、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、麦芽糖、砂糖、いちごピューレ(いちご、砂糖、水あめ、ぶどう糖果糖液糖)、植物油、米粉、水あめ、いちご果汁、大豆粉、小麦不使用しょうゆ、水、加工でん粉、トレハロース、増粘剤(ガードラン)、乳化剤、炭酸カルシウム、ゲル化剤(増粘多糖類)、香料、安定剤(増粘多糖類)、ビタミンC、紅麴色素、メタリン酸ナトリウム、カラメル色素、酸味料、ピロリン酸第二鉄、ベーキングパウダー、カロチノイド色素
	牛乳	牛乳