



### 3月 こんだてひょう



注文 締切	日付	曜日	昼食	アレルギー	原材料	エネルギー(kcal)	
							たんぱく(g)
2/27 16:00	2	月	チキンステーキ ゆうりんソース きりほんだいこんに すいぎょうざ はなてん・フルーツ	乳成分・卵・小麦・大豆	鶏肉・長ネギ・切干大根・人参・あぶら揚げ・椎茸・水餃子・花天・フルーツ	177Kcal	
						8.8g	
3/2 16:00	3	火	ひな祭り マカロニサラダ がんもに しゅうまい・フルーツ	卵・小麦・大豆	菜の花と菊コロッケ・マカロニ・ピーマン・胡瓜・がんも・人参・焼売・フルーツ	232Kcal	
						5.9g	
3/3 16:00	4	水	とりかつたのやさいあまずあん ナポリタン ひらやき あかひらてん・フルーツ	乳成分・卵・小麦・大豆	鶏肉・玉ねぎ・椎茸・パスタ・ハム・パセリ・ほうれん草・卵・赤平天・フルーツ	225Kcal	
						10.7g	
3/4 16:00	5	木	どりのからあげ やきビーフン インゲンソテー オムレツ・フルーツ	乳成分・卵・小麦・大豆	鶏肉・ビーフン・玉ねぎ・人参・木耳・生姜・インゲン・卵・フルーツ	207Kcal	
						9.7g	
2/27 16:00	6	金	パンの日 カニクリームフライ シルバーサラダ だいがいも ウイナーソーセージ・フルーツ	乳成分・卵・小麦・かに・大豆	カニクリームコロッケ・春雨・ハム・胡瓜・さつまいも・黒ごま・ウイナー・フルーツ	205Kcal	
						3.4g	
3/6 16:00	7	土	ぶたにくのしょうがやき やさしいため れんこんサラダ ちくわてん・フルーツ	卵・小麦・大豆	豚肉・生姜・キャベツ・玉ねぎ・人参・木耳・れんこん・白ごま・竹輪・フルーツ	209Kcal	
						7.7g	
3/6 16:00	9	月	カレーライス ゼリー ♪お楽しみ給食♪	乳成分・小麦・大豆	鶏肉・じゃがいも・玉ねぎ・人参・ゼリー	160Kcal	
						4.6g	
3/9 16:00	10	火	ハンバーグ トマトソース ツイストマカロニサラダ ブロッコリーとツナのソテー フライドポテト・フルーツ	乳成分・卵・小麦・大豆	ハンバーグ・玉ねぎ・トマト・マカロニ・ハム・胡瓜・ブロッコリー・ツナ・じゃがいも・フルーツ	255Kcal	
						6.7g	
3/10 16:00	11	水	チキンナゲット だいこんサラダ なすのしょうがじょうゆ にくしゅうまい・フルーツ イカのちゅうかいため	卵・小麦・えび・かに・大豆	鶏肉・大根・かに風味かまぼこ・ゆず・茄子・生姜・肉焼売・フルーツ	298Kcal	
						9.5g	
3/11 16:00	12	木	キャベツとツナのバスタ はくさいサラダ あつやきたまご・フルーツ	乳成分・卵・小麦・大豆	イカ・筍・インゲン・人参・木耳・生姜・パスタ・キャベツ・ツナ・にんにく・白菜・鶏肉・コーン・卵・フルーツ	156Kcal	
						8.9g	
3/6 16:00	13	金	パンの日 メンチカツ やきビーフン ポテトサラダ はなさつま・フルーツ	乳成分・卵・小麦・大豆	メンチカツ・ビーフン・もやし・人参・ニラ・木耳・生姜・じゃがいも・玉ねぎ・花天・フルーツ	173Kcal	
						5.0g	
3/13 16:00	16	月	ぶたにくのしょうがやき たかなスパゲティ もやしとちんげんさいのいたまえもの ミートボール・フルーツ	乳成分・小麦・大豆	豚肉・玉ねぎ・生姜・パスタ・高菜・もやし・青梗菜・ミートボール・フルーツ	277Kcal	
						11.0g	
3/16 16:00	17	火	ホキのてりやき トマトペンネ こまつなごまあえ オムレツ・フルーツ	乳成分・卵・小麦・大豆	ホキ・生姜・ペンネ・玉ねぎ・ハム・にんにく・トマト・パセリ・小松菜・人参・黒ごま・卵・フルーツ	178Kcal	
						12.4g	
3/17 16:00	18	水	すどり チャプチェ さつまいものレモンあん たまねぎボール・フルーツ	小麦・大豆	鶏肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・筍・木耳・春雨・白菜・ニラ・生姜・さつまいも・レモン・玉ねぎさつまあげ・フルーツ	246Kcal	
						9.7g	
3/18 16:00	19	木	きゅうにくコロッケ やきそば チンゲンさいソテー しゅうまい・フルーツ	乳成分・卵・小麦・大豆	牛肉コロッケ・やきそば・玉ねぎ・木耳・青梗菜・人参・焼売・フルーツ	182Kcal	
						4.6g	
<b>春分の日</b>							
3/19 16:00	21	土	メバルのやさいあん やきビーフン にんじんのしりしり すいぎょうざ・フルーツ	小麦・大豆	メバル・玉ねぎ・人参・椎茸・生姜・ビーフン・キャベツ・木耳・ツナ・水餃子・フルーツ	175Kcal	
						12.0g	
3/19 16:00	23	月	ロースカツ マカロニサラダ しろなのおかかあえ ぼうさつまあげ・フルーツ	卵・小麦・大豆	豚肉・マカロニ・コーン・ツナ・しろ菜・かつお節・たまねぎ棒・フルーツ	249Kcal	
						7.9g	
3/23 16:00	24	火	かぼちゃコロッケ だいこんのごまサラダ しゅうまい ウイナーソーセージ・フルーツ	乳成分・卵・小麦・大豆	南瓜コロッケ・大根・コーン・鶏肉・焼売・ウイナー・フルーツ	196Kcal	
						5.8g	
3/24 16:00	25	水	さけのからあげ やさいあん さんさいパスタ インゲンのいためもの すいぎょうざ・フルーツ	小麦・大豆	鮭・玉ねぎ・もやし・人参・椎茸・グリーンピース・パスタ・山菜・インゲン・水餃子・フルーツ	229Kcal	
						10.4g	
3/25 16:00	26	木	ぶたにくとあつあげのみそいため ちんげんさいのソテー もやしのナムル オムレツ・フルーツ	乳成分・卵・小麦・大豆	厚揚げ・豚肉・キャベツ・筍・人参・生姜・青梗菜・玉ねぎ・もやし・卵・フルーツ	157Kcal	
						7.9g	
3/26 16:00	27	金	かいせんエビカツ タルタルソース ごもくひじきに こまつなごまあえ あらびきフランク・フルーツ	卵・小麦・えび・大豆	海鮮えびかつ・玉ねぎ・ピクルス・パセリ・ひじき・人参・椎茸・油揚げ・竹輪・小松菜・黒ごま・フランク・フルーツ	256Kcal	
						7.1g	
3/27 16:00	30	月	ハンバーグ おろしソース やきビーフン なすのトマトに くりとさつまいものさつまあげ・フルーツ	乳成分・卵・小麦・大豆	ハンバーグ・大根・生姜・ビーフン・白菜・人参・ニラ・茄子・トマト・栗とさつまいものさつまあげ・フルーツ	209Kcal	
						4.8g	
3/30 16:00	31	火	イカメンチ はくさいのしおこんぶあえ わかめのナムル あげぎょうざ・フルーツ	乳成分・小麦・大豆	イカメンチ・白菜・塩昆布・若芽・玉ねぎ・白ごま・餃子・フルーツ	122Kcal	
						3.7g	

※パン給食の注文締切は1週間前となります。なお、パン給食のキャンセルも他の日と同様、前日16:00までです。

★お願い：メニューの内容は都合により変更する場合があります。予めご了承ください。

