

3月の献立目標 卒業をお祝いしよう

予定献立表				大竹市給食センター						
曜日	こ ん だ て め い	ざいりょうめい			ねつりょ う	たんぱく しつ	えんぶん	基本 献立	ひとくちメモ	
		あ か	き	み どり						
		ちやにくになるもの	ちからやねつに なるもの	からだのちょうしを ととのえるもの						
3月	ぎゅうにゅう ちらしずし しろみざかなのてんぷら さわにわん	ひなまつり こんだて	ぎゅうにゅう	こめ	にんじん、なのはな、ごぼう	(小)572	23.5	2.6	◎ ★	3日(月) ひなまつり献立  ひなまつりは「桃の節句」とも呼ばれ、子ども(女の子)の健やかな成長と幸せを願う日です。ひな人形を飾る風習は、室町時代頃に始まりました。この日には、ちらし寿司、はまぐりのお吸い物、ひしもちなどを食べています。 まだ大竹市には、厄除けや幸せを願う『ひな流し』を行う風習もあります。
			あぶらあげ ホキ、たまご ぶたにく	さとう、こむぎこ でんぶん、あぶら	しいたけ、とうもろこし、ねぎ たけのこ、だいこん、えのきたけ	(中)738	28.9	3.2		
4火	ぎゅうにゅう、ごはん こんぶのつくだに じゃがいものにっころがし わけぎのめた	ひろしまけんの きょうどりょうり	ぎゅうにゅう	こめ	にんじん、しょうが、たまねぎ	572	20.7	1.6	◎ ★	
			こんぶ ぶたにく、ちくわ みそ、わかめ	さとう、ごま じゃがいも、あぶら	こんにゃく、わけぎ	728	25.6	2.2		
5水	ぎゅうにゅう ハヤシライス いそどりサラダ りんごのおいしいケーキ	そつぎょうお祝い こんだて	ぎゅうにゅう	こめ	にんじん、トマト、にんにく	660	20.4	1.7		
			ぶたにく たまご	さとう、こむぎこ バター、あぶら	たまねぎ、マッシュルーム、グリーンピース ほうれんそう、キャベツ とうもろこし、りんご、レモン	842	24.6	2.1		
6木	クリームシチュー ツナサラダ クラッシュぶどうゼリー		ぎゅうにゅう	こめごはん	にんじん、たまねぎ	621	26.6	2.3	⑦	
			とりにく なまクリーム ツナ	じゃがいも、こむぎこ バター、あぶら さとう、ごま	マッシュルーム、こまつな、キャベツ だいこん、ぶどうジュース	839	35.2	3.1		
7金	ぎゅうにゅう げんきですか!?!どんぶり はるさめスープ フライビーンズ		ぎゅうにゅう	こめ	にんじん、ねぎ、にんにく	622	25.1	1.9		
			ぶたにく みそ だいず	さとう、ごま あぶら、はるさめ でんぶん	しょうが、たまねぎ キャベツ、しろねぎ	788	31.1	2.5		
10月	ぎゅうにゅう、むぎごはん はりはりづけ ごもくに かきたまじる		ぎゅうにゅう	こめ、むぎ	きりぼしだいこん、にんじん	572	22.8	1.8	⑥	
			こんぶ、とりにく さつまあげ とうふ、たまご	さとう、あぶら じゃがいも でんぶん	ごぼう、だいこん こんにゃく、しいたけ、ねぎ たまねぎ、えのきたけ	738	27.9	2.4		
11火	ぎゅうにゅう おこのみスパゲティ ちくわのカレーあげ かみかみサラダ		ぎゅうにゅう	スパゲティ	にんじん、ねぎ、にんにく	601	24.1	2.4		
			ぶたにく ちくわ ちりめん	あぶら、こむぎこ でんぶん、さとう アーモンド	たまねぎ、キャベツ だいこん、とうもろこし	795	31.3	3.6		
12水	ぎゅうにゅう、コッペパン チリコンカン やさいスープ クラッシュみかんゼリー		ぎゅうにゅう	パン	にんじん、トマト、にんにく	571	24.7	2.7		
			きんときまめ ぶたにく	あぶら じゃがいも さとう	たまねぎ、マッシュルーム セロリ、キャベツ みかんジュース	721	30.4	3.6		
13木	ぎゅうにゅう かやくごはん こうやどうふのうまに とさあえ		ぎゅうにゅう	こめ	にんじん、ごぼう、こんにゃく	570	24.7	2.0	②	
			ぶたにく、とりにく こうやどうふ かつおぶし	あぶら じゃがいも さとう	しいたけ、ねぎ、たまねぎ しめじ、こまつな キャベツ、もやし	734	30.5	2.7		
14金	ぎゅうにゅう、ごはん ちくさやき レモンすあえ げんきいっぱいのおたけじる	大竹小3ねんせい こうあんこんだて	ぎゅうにゅう	こめ	にんじん、たまねぎ、とうもろこし	588	23.8	1.8	◇	
			たまご、ぶたにく チーズ とりにく	さとう あぶら	グリーンピース、こまつな、キャベツ だいこん、レモン、ごぼう しいたけ、こんにゃく、しろねぎ	744	29.1	2.1		
17月	ぎゅうにゅう、ごはん マーボーどうふ ちゅうかあえ くだもの		ぎゅうにゅう	こめ	ねぎ、にんにく、しょうが	585	22.8	2.1		
			ぶたにく とうふ、みそ わかめ	さとう、でんぶん あぶら はるさめ、ごま	たまねぎ、たけのこ、しいたけ こまつな、にんじん、もやし くだもの	736	27.8	2.7		
18火	ぎゅうにゅう チキンピラフ ぶたにくとやさいのスープに チーズむしケーキ		ぎゅうにゅう	こめ	にんじん、たまねぎ、とうもろこし	594	21.3	2.2		
			とりにく ぶたにく チーズ	バター、あぶら じゃがいも こむぎこ、さとう	グリーンピース、にんにく、セロリ しめじ、キャベツ	762	26.3	2.7		
19水	ぎゅうにゅう キムチチャーハン ワントンスープ だいずとしいこのあけに	しゃいくのひ かみかみこんだて	ぎゅうにゅう	こめ	にんじん、ねぎ、にんにく	570	24.3	2.5	■	
			ぶたにく だいず かえりいりこ	ごま、あぶら ワントンのかわ でんぶん、さとう	キムチ、チンゲンサイ、たまねぎ もやし、しいたけ、しろねぎ	725	30.0	3.1		
21金	ぎゅうにゅう、ごはん さばのしおやき、だいこんおろし おひたし たまねぎのみそしる		ぎゅうにゅう	こめ	だいこん、こまつな、にんじん	584	26.9	2.5	①	
			さば、かつおぶし あつあげ みそ、わかめ	さとう	キャベツ、もやし、ねぎ たまねぎ、えのきたけ	731	32.3	3.1		
24月	ぎゅうにゅう、ごはん ひじきのふりかけ よしのに とうふじる		ぎゅうにゅう	こめ	にんじん、ごぼう	571	21.0	2.1		
			ちりめん、ひじき とりにく、あぶらあげ とうふ	ごま、あぶら じゃがいも、さとう でんぶん	こんにゃく、しいたけ ねぎ、たまねぎ、えのきたけ	723	25.6	2.5		
25火	ぎゅうにゅう チキンカレーライス ちりめんサラダ クラッシュりんごゼリー		ぎゅうにゅう	こめ、むぎ	にんじん、にんにく、しょうが	599	19.8	2.1	③	
			とりにく ちりめん わかめ	じゃがいも、こむぎこ バター、あぶら さとう	たまねぎ、りんご、キャベツ もやし、りんごジュース	770	24.4	2.5		

- ◎ 4日は広島県三原市・尾道市の郷土料理です。
- ★ 4日は栗谷米で炊いたごはんです。
- ◇ 14日は大竹小学校3年生の考案したメニューです。
- 毎月19日は食育の日・かみかみ献立です。
- ※ 都合により、献立や食材を変更することがあります。ご了承ください。

5日(水) 卒業お祝い献立

中学校は7日、小学校は19日が卒業式です。卒業をお祝いする気持ちで『ケーキ』を焼きました。また、中学校3年生の『ハヤシライス』には、“さくら型”のにんじんが入っています！卒業されてからも学校や給食で学んだことを忘れずに、いっそう活躍されることを願っています。ご卒業おめでとうございます！



14日(金)『元気いっぱい大竹汁』

大竹小学校3年生のみなさんが、総合的な学習の時間に「大竹のおいしい物」を調べて、給食メニューを考えました！阿多田産の「煮干し」でとただしで、松ケ原産の「にんじん」や、栗谷産の「しいたけ」、大竹で作られた「こんにゃく」などの具を煮込みました。大竹の食材と栄養がたっぷり入っていて、元気が出る汁物です！



児童が描いたイラストです！