

平成29年度3月分献立表（小学校）

筑紫野市学校給食共同調理場

月	火	水	木	金
<p>Q 1日にどれくらいの野菜を食べたら良いか知っていますか？</p> <p>A 大人も子どもも 手のひらサイズのお皿 5皿分 の野菜を目標に食べましょう！</p>  <p>手を使って確認♪</p>			<p>1</p> <p>麦ご飯 大根と厚揚げのオイスターソース煮 焼き餃子 中華炒め</p>	<p>2</p> <p>ちらし寿司 (白ご飯 ちらし寿司の具 きざみのり) 菜の花のお吸い物 鱈の天ぷら</p> <p>【行事食:ひなまつり】</p>
<p>5</p> <p>赤飯(一食ごま塩) 沢煮椀 いわしの梅煮 ほうれん草の香り和我 みかんタルト</p> <p>【ファイバー献立:小豆】</p>	<p>6</p> <p>カツカレー (麦ご飯 カレー カツ) 海藻サラダ</p> 	<p>7</p> <p>ワンローフパン スパゲティナポリタン アーモンドと野菜のソテー りんご</p>	<p>8</p> <p>麦ご飯 さつま汁 厚焼玉子 ひじきと大豆の炒め煮</p> <p>【和食の日】</p>	<p>9</p> <p>麦ご飯 はっと汁 さんまのかば焼き 仙台麩の煮びたし</p> <p>【郷土料理:宮城県】</p>
<p>12</p> <p>麦ご飯 ちゃんこ汁 ししゃもフリッター 小松菜の和え物</p> <p>【鉄人献立:小松菜】</p>	<p>13</p> <p>麦ご飯 みそ汁 さばの塩焼き 切干大根の炒め煮</p> <p>【地場産献立:天拝みそ】</p>	<p>14</p> <p>胚芽食パン オニオンスープ 鶏のレモンソース煮 ポテトサラダ</p>	<p>15</p> <p>ハヤシライス(麦ご飯) 福神漬け フルーツヨーグルト</p>	<p>16</p>  <p>【卒業式】</p>
<p>19</p> <p>麦ご飯 厚揚げと野菜のうま煮 もやしのごまみそ和え いりこのふりかけ</p>	<p>20</p> <p>麦ご飯 春雨スープ 肉団子の甘酢あん オレンジ 一食アーモンド (代)一食黒糖ビーンズ</p>	<p>21</p>  <p>【春分の日】</p>	<p>22</p> <p>麦ごはん 野菜スープ ハンバーグデミソースかけ ほうれん草とコーンのソテー</p>	

行事食・・・3月3日のひな祭りにちなんだ献立です。女の子の幸せと健康を祈る行事で、桃の節句ともいいます。

ファイバー献立・・・赤飯に使っている小豆には、食物繊維がたくさん含まれています。

和食の日・・・海に囲まれた日本では、昔から海藻を様々な料理に使っています。

郷土料理・・・「はっと」とは、小麦粉で作られた団子のようなものです。仙台麩は宮城県登米地方の伝統食です。

鉄人献立・・・小松菜は、鉄が多く含まれている野菜です。

地場産献立・・・みそ汁のみそは、筑紫野市山口で作られている「天拝みそ」です。

☆材料入荷の都合などにより、献立を変更することがあります。

☆牛乳は毎日あります。

☆献立表裏面の★印については、各学校に配布した資料「平成29年度学校給食で年間を通して使用する物資一覧(★印表)」に詳しく記載しています。資料につきましては、各学校にお問い合わせください。

☆アレルギー代替食については、(代)で記載しています。

☆裏面のアレルギー表示の※印の表示は、その加工品に※印の食品は含まれていませんが、同じ製造工場に※印の食品を含む加工品が製造されていることを表しています。

☆学年により、主食や副食の量が違うことがあります。

☆食物アレルギーや献立内容などお尋ねになりたいことがありましたら、共同調理場へご連絡ください。TEL923-6466