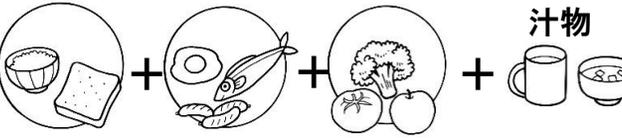


# 令和4年度 3月分献立表 (中学校)

筑紫野市学校給食共同調理場

月	火	水	木	金
 <b>バランスのよい朝食を!</b> <b>主食</b> <b>主菜</b> <b>副菜</b> <b>飲み物・汁物</b> 		<b>1</b> キャロットパン スパゲッティナポリタン トマトオムレツ ブロッコリーサラダ	<b>2</b> カツカレー (麦ご飯 カレー ヒレカツ) 海藻サラダ	<b>3</b> ちらし寿司 (麦ご飯 ちらし寿司の具) 菜の花のお吸い物 さばのゆず味噌煮 ひなあられ (代)ももゼリー <b>【行事食:ひなまつり】</b>
<b>6</b> 赤飯 つみれ汁 鶏の和風レモンソース煮 ほうれん草の香り和え 一食ごま塩 祝大福 <b>【ファイバー献立】</b>	<b>7</b> 麦ご飯 厚揚げと野菜のうま煮 茎わかめの炒め煮 りんご	<b>8</b> ワンローフパン コーンポタージュ ハンバーグデミソース 人参とツナのソテー 一食あまおういちごジャム <b>【地場産献立:人参】</b>	<b>9</b> 麦ご飯 麻婆豆腐 焼き餃子 ブロッコリーの中華和え	<b>10</b> 卒業式 
<b>13</b> 麦ご飯 けんちん汁 さばのごまソースかけ 切干大根の煮つけ	<b>14</b> 麦ご飯 肉じゃが 千草焼き(玉子焼き) れんこんのきんぴら	<b>15</b> ワンローフパン 白いんげん豆のシチュー ツナサラダ オレンジ	<b>16</b> 麦ご飯 みそ汁 牛肉の和風ソース 小松菜のおかか和え 巣立ちゼリー <b>【和食の日】</b>	<b>17</b> カレーピラフ (麦ご飯 カレーピラフの具) 野菜スープ グラタン ヨーグルト (代)ぶどうゼリー
<b>20</b> 麦ご飯 だまこ汁 たらん大豆がらめ がっこ(漬物) りんごゼリー <b>【郷土料理:秋田県】</b>	<b>21</b> 春分の日 	<b>22</b> 胚芽食パン 春野菜のポトフ コロッケ オレンジ 一食ソフトチーズ (代)一食ブルーベリージャム	<b>23</b> 麦ご飯 肉団子のスープ レバー入り酢鶏 わかめとじゃこのさっと煮	

行事食・・・3月3日はひな祭りの献立です。「上巳の節句(じょうしのせつく)」ともいい、桃の花の季節なので「桃の節句」ともいわれます。

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

地場産献立・・・人参とツナのソテーは筑紫野市でとれた人参を使用する予定です。

和食の日・・・主食のご飯に汁物とおかず二品を組み合わせた献立を「一汁二菜」といいます。昔ながらの和食の形です。

郷土料理・・・秋田県の郷土料理です。お米がたくさん作られている地域です。米をすりつぶして丸めた「だまこもち」や「たら汁」などが食べられ、りんごなどの農作物も豊富に作られています。漬物のことを「がっこ」といいます。

☆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「令和4年度学校給食で使用する物資一覧(★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、同じ製造工場で※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