
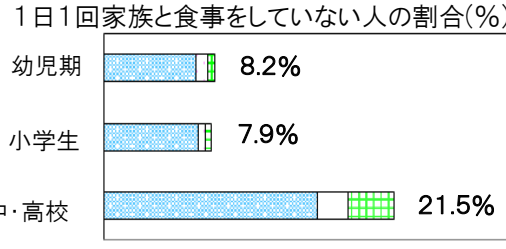

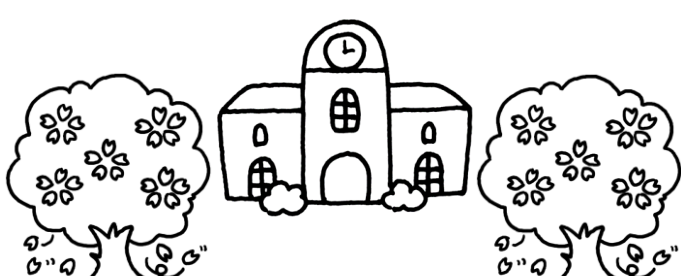


# 平成30年度3月分献立表（中学校）

筑紫野市学校給食共同調理場

月	火	水	木	金
 <p>食について考えよう！毎月19日は食育の日 <b>家族や仲間とご飯を食べよう！</b></p> <p>誰かと一緒に食事をすれば 心が満たされ笑顔になれる 食事の時間を誰かと共に♪</p> <p>幼児期・小学生の約8%、 中・高校生の約20%が1日 に1回も家族と食事をしてい ないということが分かりました。 (筑紫野市子ども子育てアンケート(H25))</p> <p>1日1回家族と食事をしている人の割合(%)   </p>				<p>1</p> <p>ちらし寿司 (麦ご飯 ちらし寿司の具) 菜の花のお吸い物 鱈の天ぷら 一食ひなあられ</p> <p><b>【行事食:ひな祭り】</b></p>
<p>4</p> <p>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我 ブルーベリータルト</p> <p><b>【ファイバー献立】</b></p>	<p>5</p> <p>カツカレー (麦ご飯 カレー ローストンカツ) レモンサラダ</p>	<p>6</p> <p>ワンローフパン 豆乳クラムチャウダー トマトオムレツ 赤いんげん豆のサラダ</p>	<p>7</p> <p>麦ご飯 昆布と野菜の煮物 さんまのみぞれ煮 小松菜の和え物</p> <p><b>【鉄人献立】</b></p>	<p>8</p> <p>卒業式</p> 
<p>11</p> <p>麦ご飯 けの汁 ますの塩焼き すき昆布の炒め煮 りんごゼリー</p> <p><b>【郷土料理:青森県】</b></p>	<p>12</p> <p>麦ご飯 厚揚げのオイスターソース煮 しらす入り厚焼玉子 わかめの酢の物</p>	<p>13</p> <p>胚芽食パン スパゲティナポリタン きびなごフライ コールスロー</p>	<p>14</p> <p>麦ご飯 みそ汁 ハンバーグデミソースかけ 野菜炒め 一食いりこ</p> <p><b>【地場産献立:天拝みそ】</b></p>	<p>15</p> <p>中華丼(麦ご飯) お豆腐しゅうまい オレンジ</p>
<p>18</p> <p>麦ご飯 さつま汁 ホキフライ あさり入りひじきの炒め煮</p> <p><b>【和食の日】</b></p>	<p>19</p> <p>麦ごはん ワンタンスープ 酢鶏 ブロッコリーのアーモンド和え ヨーグルト (代)ももゼリー</p>	<p>20</p> <p>ツナサンド (背割りコッペパン ツナサンドの具 一食ノンエッグマヨネーズ) 春野菜のポトフ りんご</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。

鉄人献立・・・小松菜は、鉄が多く含まれている野菜です。

郷土料理・・・青森県の料理です。「けの汁」は津軽地方の郷土料理で、大根や人参、ごぼうなどの野菜や凍み豆腐（高野豆腐）などを小さく刻んで煮込んだ汁物です。りんごゼリーは、青森産のりんごを使って作られたものです。

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。

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。

☆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30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