

令和2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
1	2	3	4	5
麦ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 サクサクきびなごフライ 小松菜のアーモンド和え	麦ご飯 みそ汁 豚肉の生姜焼き 野菜炒め	ちらし寿司 (麦ご飯 ちらし寿司の具) 菜の花のお吸い物 さわら天ぷら	ワンローフパン 野菜スープ てりやきハンバーグ ポテトサラダ	麦ご飯 麻婆豆腐 焼き餃子 海藻サラダ
	【和食の日】	【行事食:ひなまつり】		
8	9	10	11	12
赤飯 沢煮椀 さんまのみぞれ煮 ほうれん草の香りและ みかんタルト	カツカレー (麦ご飯 カレー ローストンカツ) コールスロー	米粉パン スパゲッティナポリタン 野菜のアーモンド炒め フルーツヨーグルト	麦ご飯 さつま汁 鯖のかば焼き 切干大根の煮付け	麦ご飯 八宝菜 焼き春巻き ブロッコリーの中華和え
【ファイバー献立】				
15	16	17	18	19
わかめ麦ご飯 厚揚げの煮物 玉子焼き 小松菜のおかか和え	ハヤシライス(麦ご飯) ベーコンポテト ブロッコリーサラダ さくらゼリー	卒業式 	麦ご飯 ワンタンスープ 酢鶏 カトリんご 一食お魚ふりかけ	麦ご飯 みそ汁 さばの塩焼き ごぼうのごまだれ和え 一食納豆
【鉄人献立】				
22	23	 <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> 		
麦ご飯 つみれ汁 鶏の照煮 にんじんの金平 ヨーグルト (代)りんごゼリー	麦ご飯 治部煮 ぶりフライ あいませ	【地場産献立:人参】	【郷土料理:石川県】	

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。
 行事食・・・3月3日はひな祭りの献立です。正しくは「上巳の節句（じょうしのせつく）」といい、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。
 鉄人献立・・・小松菜は、鉄がたくさん含まれる野菜です。
 地場産献立・・・筑紫野市でとれた人参を使用する予定です。
 郷土料理・・・石川県の料理です。「治部煮（じぶに）」は金沢市の郷土料理で、金沢特産のすだれ麩が入った具たくさんの汁物です。「あいませ」は、能登地方で食べられている根菜を使った煮物です。

☆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「令和2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