

### 3 月分 学校給食予定献立表

献立目標：季節の味を楽しもう

◎かみかみ30 へー口30回を意識してよくかんで食べてみよう～

袋井市立袋井学校給食センター

日 / 曜日	給食なし	献立名	主に体を作るもと(赤)		主に体の調子を整えるもと(緑)		主に熱や力のもと(黄)		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 塩分量	中学校 エネルギー たんぱく質 塩分量	
			1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 種実など				
1 金	今井小 山名小	ソフトめん	ひなまつり				ソフトめん					
		ミートソース	豚肉 大豆粉 レバーフレーク		にんじん トマトピューレ	玉葱 生姜 にんにく マッシュルーム	米粉 砂糖		ワイン ケチャップ ハヤシロウ チキンブイヨン 塩 胡椒 ナツメグ ローレル ウスターソース	674kcal	855kcal	
		牛乳		牛乳						30.2g	38.8g	
		ツナ入りオムレツ	(卵 ツナ)				(砂糖 小麦でんぷん)		(塩)	21.5g	27.1g	
		タアサイときのこのソテー	ベーコン		タアサイ	もやし ぶなしめじ えのき茸		オリーブ油	コンソメ 塩 胡椒	2.1g	2.6g	
		ひなあられ		(青のり)	(トマト ほうれん草)		(米 砂糖)		(パプリカ)			
4 月		麦ごはん				米 大麦						
		牛乳		牛乳						667kcal	869kcal	
		ソースかつ丼	(豚肉)				(パン粉 小麦粉)	油	中濃ソース 三温糖 ウスターソース みりん ケチャップ	24.8g	35.8g	
		ゆでキャベツ				キャベツ			塩	21.2g	26.9g	
		みそ汁	油揚げ みそ 豆腐 高野豆腐粉		にんじん	椎茸 白菜 大根 生椎茸			酒 鰹節 だし昆布 和風だし	1.8g	2.4g	
味付け煮干し(中学のみ)		(かにくわい)			(砂糖)		(醤油)					
5 火	周南中 3年	レーズパン				レーズパン						
		牛乳		牛乳						674kcal	880kcal	
		ハンバーグ野菜ソースがけ	(豚肉 鶏肉)		赤ピーマン	(玉葱) えのき茸 生姜	(パン粉) 砂糖 片栗粉		和風だし 醤油 酒	30.6g	39.3g	
		春雨とキャベツのサラダ				キャベツ コーン	春雨 砂糖	油	りんご酢 塩 胡椒	22.0g	27.8g	
大豆のクリーム煮	大豆 ベーコン 豆腐 大豆粉	牛乳	にんじん	玉葱 ぶなしめじ	じゃがいも	生クリーム	ホワイトルウ 塩 ワイン スープストック 胡椒	2.3g	3.4g			
6 水	周南中 3年	ごはん				米						
		牛乳		牛乳						626kcal	793kcal	
		ホキのカレーあんかけ	ホキ澱粉付き			玉葱	砂糖	油	醤油 酒 みりん カレー粉	22.4g	28.3g	
		小松菜のごまあえ			小松菜	もやし	砂糖	白ごま	醤油	17.3g	21.6g	
おひら	厚揚げ 大豆粉		にんじん	ごぼう れんこん さやいんげん 生椎茸 こんにゃく	砂糖		醤油 みりん 酒 和風だし	1.2g	1.5g			
7 木	幼稚園	ごはん				米						
		牛乳		牛乳						610kcal	749kcal	
		高野豆腐の卵とじ	鶏肉 高野豆腐 卵 高野豆腐粉		にんじん	ぶなしめじ 玉葱 グリンピース	砂糖		酒 醤油 みりん 和風だし	24.4g	29.2g	
		沢庵あえ			チンゲン菜	キャベツ たくあん	砂糖		醤油	15.9g	18.4g	
		きんぴら汁	さつま揚げ	寒天	にんじん 菜の花	生椎茸 ごぼう 生姜		ごま油	酒 みりん 塩 醤油 だし昆布 鰹節 一味唐辛子 和風だし	1.8g	2.4g	
ブルーヨーグルト(小・中)		ブルーヨーグルト										
8 金		ごはん				米						
		ツナカレー	まぐろ水煮 レバーフレーク レンズ豆 ウィンナー 高野豆腐粉	チーズ	にんじん	生姜 にんにく りんごピューレ 玉葱	じゃがいも	ワイン カレールウ 塩 胡椒 中濃ソース カレー粉 ケチャップ スープストック	713kcal	884kcal		
		牛乳		牛乳						23.3g	28.3g	
		キャベツ入り平つくね	(鶏肉)				(キャベツ)	(澱粉)		20.4g	24.0g	
		海藻サラダ		海藻ミックス		キャベツ きょうり	砂糖	ごま油	醤油 塩	1.8g	2.3g	
11 月		ごはん				米						
		牛乳		牛乳						661kcal	831kcal	
		黒半べんお茶フライ	(さば いわし)		(煎茶)		(パン粉 小麦粉)	油	中濃ソース	24.8g	30.8g	
		即席漬け		塩昆布		白菜 きょうり			塩	20.4g	25.2g	
親子煮	鶏肉 卵 白かまぼこ 高野豆腐粉		にんじん	玉葱 こんにゃく 筍 生椎茸	じゃがいも 砂糖		醤油 みりん 和風だし 酒	1.5g	1.9g			
12 火		ロールパン				ロールパン						
		牛乳		牛乳						674kcal	827kcal	
		ウィンナーとうずら卵のカレーソテー	ウィンナー うずら卵			枝豆			醤油 コンソメ カレー粉 胡椒 塩	24.7g	29.9g	
		コーンサラダ				キャベツ きょうり コーン	砂糖	油	りんご酢 胡椒 塩	26.6g	31.5g	
		マカロニスープ			にんじん チンゲン菜	大根 玉葱 ぶなしめじ	米粉マカロニ		ワイン コンソメ 醤油 スープストック 塩 胡椒	2.2g	2.8g	
お祝いデザート(幼稚園)		(豆乳)		(いちご)	(砂糖)							

日 / 曜日	給食なし	献立名	主に体を作るもと(赤)		主に体の調子を整えるもと(緑)		主に熱や力のもと(黄)		調味料	小学校 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	中学校 エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	
			1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 種実など				
13 水	幼稚園	桜ごはん					米		醤油 酒	684kcal	838kcal	
		牛乳		牛乳								
		ぶりの照り焼き	ぶり					砂糖	醤油 みりん 酒			
		もやしとにらの炒め物	ベーコン		もやし にら			ごま油	醤油 塩 胡椒			
		ど真ん中汁	豚肉 みそ 高野豆腐粉	豆腐 寒天 大豆	にんじん	白菜 大根 根菜類	ぶなしめじ		だし昆布 鰹節 酒 和風だし			
デコボン				デコボン								
14 木	周南中 3年 幼稚園	ごはん					米			693kcal	860kcal	
		牛乳		牛乳								
		揚げ出し豆腐のそぼろあんかけ	揚げ出し豆腐 鶏肉		蕪ねぎ	生姜		砂糖 片栗粉	油			醤油 酒 和風だし
		大根とツナの煮物	まぐろ水煮 高野豆腐粉		にんじん	大根 さやいんげん		砂糖				酒 みりん 醤油
ずまし汁	白かまぼこ うずら卵		チンゲン菜	玉葱 生椎茸				醤油 酒 塩 だし昆布 和風だし				
15 金	幼稚園	黒糖パン	卒業おめでとう献立								620kcal	761kcal
		牛乳		牛乳								
		鶏肉の炒め物	鶏肉 鶏粉付き 鶏レバー 鶏粉付き		青ピーマン	筍 生姜		砂糖	油	塩 醤油 酢 酒 中華だし		
		キャベツときゅうりのサラダ				キャベツ きゅうり きくらげ		砂糖	ごま油	醤油 塩 酢		
		糸寒天のスープ		寒天	にんじん チンゲン菜	玉葱 ぶなしめじ				ワイン プイヨン 醤油 スープストック コンソメ 塩 胡椒		
		お祝いデザート(小・中)	(卵)	(乳製品)		(いちご)		(砂糖 小麦粉)				

※袋井産の食材を太字にしています。  
 ※材料の都合により、献立が変更することがあります。  
 ※給食で「そば」は使用しませんが、めん工場では製造しています。  
 ※魚介類、海藻類には、えび・かきが混入する場合があります。  
 ※加工食品の主な原材料を ( ) の中に記載してあります。

※給食に関してご質問がありましたら、袋井学校給食センターにご連絡ください。  
 (電話：49-0105)

☆幼稚園は毎週木曜日は給食がありません。

「もっと野菜を食べて健康になろう」

野菜を95g以上(小学生1日の1/3の量)使われている日に、  
 この「野菜いっぱいマーク」がついています。



## 袋井学校給食センター 調理員募集

仕事内容 : 給食調理業務(臨時職員)

時 給 : 940円

資 格 : 学歴・年齢不問

就業時間 : 8:00 ~ 16:00 (7時間・午前のみ・午後のみ可) 若干名

※ 勤務時間・日数・曜日等 柔軟に対応します

※ H29年度実績 勤務日 200日

休 日 : 土・日・祝日、有給休暇

待 遇 : 賞与年2回、社会保険、交通費規定支給、車通勤可、調理衣貸与



連絡先: 袋井学校給食センター (0538-49-0105) 担当: 所長 松村