

予定献立表

3月

今月の目標

1年間をふりかえってみよう



2016(平成28)年3月分 (3月1日~25日18日間)

富良野学校給食センター

月	火	水	木	金
<p>太字は、リクエストメニューです。 富良野小学校、富良野西中学校、中富良野小学校、古冠中央小学校から、リクエストをいただきました。ありがとうございました。 ☆は新メニューです。</p> <p>アレルギーとなる食材の表示 当センターでは、単品での「揚げ物・焼し物・焼き物」について、食品衛生法による表示義務の対象となっている食品7品目(卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生)の内容を表示しますので参考してください。</p>	<p>1 ・ツナシチュー</p> <p>バターパン ☆菜の花入りサラダ 牛乳</p> <p>・ミニチキン(醤油) <小麦>(小1個・中2個)</p> <p>・桜餅 (一食包装)</p> <p>小 779 中 1000</p>	<p>2 ・きくらげと もやしのスープ</p> <p>ごはん マーボー豆腐 牛乳 ・麻婆豆腐</p> <p>・春巻き <小麦></p> <p>小 725 中 851</p>	<p>3 ・かしわうどん</p> <p>☆野菜とわかめの 生姜醤油和え</p> <p>・ミニたい焼き <乳・小麦>(一食包装)</p> <p>・牛乳</p> <p>小 588 中 649</p>	<p>4 ・みそ汁</p> <p>ごはん ・卵の花炒り 牛乳</p> <p>・和風きんぴら包焼き <卵・乳・小麦></p> <p>小 673 中 777</p>
	<p>まぐろツナ じゃがいも コーン にんじん たまねぎ なのはな ぎょくにソーセージ ふなしめじ はくさい</p> <p>ひな祭りは3月3日ですが、今日は一定 早く、桜餅がです。さくらの葉が放つ 春の香りにパワーを買いましょう。</p> <p>素敵な春が来るといいですね!</p>	<p>きくらげ もやし ながねぎ とりにく ごま とうふ ぶたにく ながねぎ ピーマン しいたけ</p> <p>春巻きは、春が旬の食べ物を巻いていた ことからその名前になったそうです。</p> <p>春の思い出も包み込めたいのにな!</p>	<p>とりにく なたねぎ あぶらあげ にんじん キャベツ きゅうり わかめ くさわかめ</p> <p>そろそろ色が濃い、春キャベツが登場す る時期です。今日のとえ物のキャベツの 色は薄い寒玉キャベツ?それとも春キャ ベツ?</p>	<p>じゃがいも コーン おから ぶたにく にんじん ひじき</p> <p>4月に咲く空木の美しい花「卵の花」に 似ているということで、そう呼ばれるよ うになりました。万葉集の歌にも卵の花 がたくさん出てきています。</p>
<p>7 ・ピピン丼</p> <p>・みそ汁</p> <p>・焼売 <小麦>(小1個・中2個)</p> <p>・牛乳</p> <p>小 692 中 867</p>	<p>8 ・ニヨッキの クリームシチュー</p> <p>横切りパン 牛乳</p> <p>・ゆで野菜のサラダ</p> <p>☆チーズ入り魚肉カツ <乳・小麦></p> <p>小 736 中 875</p>	<p>9 ・ポークカレーライス</p> <p>・フルーツ ヨーグルト和え</p> <p>・オムレツ <卵></p> <p>・牛乳</p> <p>小 887 中 1078</p>	<p>10 ・焼きそば</p> <p>・きなこもち</p> <p>・野菜と果物のゼリー (紙スプーン)</p> <p>・牛乳</p> <p>小 696 中 831</p>	<p>11 ・みそ汁</p> <p>鮭かめごはん 牛乳</p> <p>・肉じゃが</p> <p>・ぶりの照焼 <小麦></p> <p>小 697 中 816</p>
<p>ぶたにく たまご だいずもやし にんじん せり ぜんまい ほうれんそう もやし だいこん だいこんは</p> <p>中学3年生は、給食が食べられるのもあ とわず。一層心を込めてつくりますの で、最後までおいしく、楽しく食べてく ださいね。</p>	<p>じゃがいもニヨッキ コーン にんじん たまねぎ ふなしめじ ブロッコリー キャベツ あかピーマン きびまん</p> <p>すこしコロッとしている魚肉カツですが、 横切りパンにしたので、パンには喜んで食 べてみてください。</p>	<p>ぶたにく じゃがいも にんじん たまねぎ みかん ナタデココ ヨーグルト パイナップル りんご もも</p> <p>富良野の給食のカレーには、富良野ソー ス、ふらのフィンチエダチーズなどた くさんの隠し味がたくさん入っています よ。</p>	<p>ぶたにく ウィンナー なたねぎ キャベツ たまねぎ もやし したたまもち きなこ</p> <p>【1年間をふりかえってみよう】 4月から、好き嫌いが1つでも減った人 がいるはず。苦手なものにも挑戦で きた証です。頑張ったね!</p>	<p>もやし にんじん にんじん じゃがいも ぶたにく たまねぎ ふなしめじ いんげん</p> <p>リクエストはあまりこないけれど、残食 が凄く少ないおかげで、肉じゃが。 今日も皆さんの食べっぷりに期待して いますよ!</p>
<p>14 ・みそ汁</p> <p>ごはん 牛乳</p> <p>・大豆の磯煮</p> <p>・さんまのかつお節煮 <小麦></p> <p>小 736 中 845</p>	<p>15 ・かぶのさっぱりスープ</p> <p>黒糖パン 牛乳</p> <p>☆和風ツナスパゲッティ</p> <p>・さつまいものコロッケ <卵・乳・小麦></p> <p>小 670 中 795</p>	<p>16 ・タコライス</p> <p>・もずく入り酸辣湯</p> <p>☆ちんすこう <小麦></p> <p>・牛乳</p> <p>小 729 中 957</p>	<p>17 ・肉うどん</p> <p>・もやしの ポン酢醤油和え</p> <p>・チーズかまぼこ <卵・乳・小麦></p> <p>・牛乳</p> <p>小 575 中 657</p>	<p>18 ・みそ汁</p> <p>ごはん ☆大根と豚肉の 牛乳 ガーリック炒め</p> <p>・子持ちししゃも フリッター <小麦></p> <p>小 647 中 750</p>
<p>ふき あぶらあげ ひじき さつまあげ にんじん こんにやく いんげん だいず</p> <p>ふきが入ったみそ汁がです。 ふきは炒め煮にして食べることが多いか もしれませんが、汁物に入れてもおい しいですよ。</p>	<p>かぶ こまつな とりにく ゆず スパゲッティ たまねぎ みずな エリンギ まぐろツナ</p> <p>かぶは春が旬です。とろとした食感に 仕上げたい気持ちと、溶けてなくならな いか心配な気持ちの狭間で作っています。 どうか今年も溶けませんように。。。</p>	<p>ぶたにく だいずたんぱく トマト たまねぎ キャベツ あかピーマン もずく たけのこ にんじん しいたけ チンゲンサイ たまご / こむぎご</p> <p>タコライス・もずく・ちんすこうといえ ば?・・沖繩です。 今日は、うちな〜ぐちでいただきますは どうでしょう?くわち〜さびら!</p>	<p>ぶたにく なたねぎ あぶらあげ にんじん ポークハム もやし きゅうり にんじん</p> <p>【1年間をふりかえってみよう】 この一年で身長が伸びたり、体重が増え たりしましたよね? 大きくなった皆さんの体は、食事からと った栄養でできています。</p>	<p>はくさい にんじん ごぼう ぶたにく だいこん いんげん</p> <p>水分が非常に多い大根。おでんやぶり大 根のように煮物には最適です。そんな脇 役の大根を主役に。大根役者にならない ように、頑張ります!</p>
<p>21 卒業おめでとう</p> <p>小学6年生の皆さん、また3年間 富良野の給食をいっぱい食べて大 きくなってくださいね! 中学3年生の皆さん、最後のカレ ーライス、最後のやきそば・・・ 最後の給食をおいしく楽しく食べ ることができましたか?これからは、 自分自身で食事の選択をする 機会が増えます。食に関する授業 の内容や、給食を思い出して、少 しでも自分のためになる食事選 びをしてください。 卒業、おめでとう!</p>	<p>22 ☆グリーンチャウダー</p> <p>ココアパン 牛乳</p> <p>☆白菜のトマト煮</p> <p>・チキンナゲット <小麦>(小1個・中2個)</p> <p>小 606 中 797</p>	<p>23 ・チキンカレーライス</p> <p>・ミックスフルーツゼリー</p> <p>・コーンたっぷりフライ <乳・小麦></p> <p>・野菜ジュース</p> <p>小 795 中 966</p>	<p>24 ・しょうゆ野菜ラーメン</p> <p>・焼きぎょうざ <卵・乳・小麦>(小1個・中2個)</p> <p>・レモンカスタードタルト <卵・乳・小麦>(一食包装)</p> <p>・牛乳</p> <p>小 679 中 790</p>	<p>25 ・みそ汁</p> <p>ごはん 牛乳</p> <p>・じゃがいものそぼろ煮</p> <p>・鮭竜田揚げ <小麦></p> <p>小 687 中 797</p>
<p>ぶたにく じゃがいも にんじん たまねぎ ブロッコリー パインアップル みかん カクテルゼリー ナタデココ</p> <p>【1年間をふりかえってみよう】 手洗い・身支度などの衛生や、まわりの 人と楽しく給食を食べるためにマナーを 守って食べることができましたか?</p>	<p>とりにく じゃがいも にんじん たまねぎ ブロッコリー パインアップル みかん カクテルゼリー ナタデココ</p> <p>焼きプリンタルトを超えた!といった人 もいる、レモンカスタードタルト。 甘味と酸味のバランスが何とも言えない ですよ。</p>	<p>ぶたにく もやし はくさい たけのこ たまねぎ にんじん</p> <p>はくさい えのきたけ じゃがいも ぶたにく いんげん</p> <p>今年度最後の給食。一年の締めくくり にふさわしい給食時間になるように祈っ ています。 残食 ZERO にも期待!</p>		

※お知らせ...① 献立は都合により、内容が一部変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。
② エネルギー量(kcal)は、小は小学生・中は中学生の値です。カロリーばかりに気を取られることなく、バランスよく食べてしっかりと体づくりをしましょう。