

令和3年度3月分

## 中学校給食献立表（Ｂブロック）

第一中学校・庭窪中学校・八雲中学校・梶中学校・  
大久保中学校・錦中学校・樟風中学校

実 施 日 数	立	名 産 品	実 施 日 数	立	名 産 品
3/1火	ごはん 牛乳 さばの塩焼き 豚もやし炒め ほうれん草のごま和え みそ汁	【米】 【さば、酒、塩、油、 【豚肉、もやし、人参、ニラ、ごま油、オイスターソース、塩、こしょう 【ほうれん草、人参、白ごま、砂糖、しょうゆ、みりん 【大根、青ねぎ、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ	3/11金	ごはん 牛乳 とりすき ちくわの磯辺揚げ かぼちゃの煮物 ほうれん草のおひたし みそ汁	【米】 【鶏肉、糸こんにゃく、白菜、玉ねぎ、人参、油、しょうゆ、砂糖、酒 【ちくわ、天ぷら粉、青のり、塩、油 【かぼちゃ、しょうゆ、砂糖、酒、みりん 【ほうれん草、白菜、しょうゆ、みりん、けずりぶし 【大根、人参、青ねぎ、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ
3/2水	ごはん 牛乳 豚肉のオイスター炒め こんにゃくちりめん チンゲン菜の中華和え 中華スープ	【米】 【豚肉、玉ねぎ、人参、絹さや、しょうが、にんにく、油、オイスターソース、しょうゆ、酒、みりん、砂糖 【ちりめんじゃこ、糸こんにゃく、ピーマン、人参、白ごま、油、しょうゆ、砂糖、みりん、酒 【ちくわ、チンゲン菜、ごま油、しょうゆ、塩、こしょう 【白菜、えのきだけ、中華スープ、塩、こしょう	3/14月	ごはん 牛乳 鶏肉のピリ辛炒め 白菜のサラダ ひじきの炒め煮 みそ汁	【米】 【鶏肉、キャベツ、人参、ニラ、白ねぎ、油、しょうゆ、酒、砂糖、オイスターソース、トウバンジャン、塩 【白菜、きゅうり、人参、かつおぶし、しょうゆ、オリーブ油、酢、塩 【豚肉、こんにゃく、人参、ひじき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし 【玉ねぎ、青ねぎ、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ
3/3木	ごはん 牛乳 さわらの天ぷら れんこんのきんぴら 三色団子 すまし汁	【米】 【さわら、塩、天ぷら粉、油、 【牛肉、こんにゃく、れんこん、人参、絹さや、白ごま、ごま油、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし 【三色団子 【てまり麩、わかめ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ	3/15火	ごはん 牛乳 トンカツ・ソース えびときのこのケチャップ炒め 野菜のマリネ コンソメスープ	【米】 【トンカツ、油、ソース（小袋） 【えび、キャベツ、しめじ、エリンギ、人参、油、ケチャップ、砂糖、コンソメ、塩、こしょう 【きゅうり、玉ねぎ、人参、セロリー、オリーブ油、しょうゆ、酢、砂糖、塩 【コーン、わかめ、コンソメ、塩、こしょう
3/4金	ツイストパン 牛乳 スープ・バスタ 野菜炒め 大根のサラダ オレンジゼリー	【ツイストパン 【スバグティ、塩、こしょう、オリーブ油、ウインナー、チンゲン菜、しめじ、まいたけ、バター、牛乳、シチューフレーク、コンソメ、 塩、こしょう 【豚肉、キャベツ、もやし、人参、油、中華スープ、塩、こしょう 【大根、きゅうり、人参、コーン、マヨネーズ、酢、塩、こしょう 【オレンジゼリー	3/16水	ごはん 牛乳 白身魚の甘酢あんかけ ポトフ 肉だんご 中華スープ	【米】 【ほき、片栗粉、油、玉ねぎ、人参、ピーマン、ケチャップ、しょうゆ、砂糖、酢、片栗粉 【ウインナー、じゃが芋、キャベツ、人参、にんにく、油、しょうゆ、コンソメ、塩、こしょう 【肉だんご 【白ねぎ、わかめ、中華スープ、塩、こしょう
3/7月	ごはん 牛乳 ピリ辛肉じゃが 春巻 高野豆腐の煮物 大根の甘酢和え みそ汁	【米】 【豚肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、ニラ、しょうが、にんにく、白ごま、ごま油、赤みそ、しょうゆ、砂糖、トウバンジャン 【春巻、油 【高野豆腐、人参、絹さや、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、けずりぶし 【大根、白ごま、酢、砂糖、しょうゆ、みりん 【白ねぎ、わかめ、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ	3/17木	ごはん 牛乳 マーボー豆腐丼 あげぎょうざ ビーフンソテー ふかしつま芋 ブロッコリーのおかか和え	【米】 【豚ひき肉、豆腐、玉ねぎ、人参、青ねぎ、しょうが、ごま油、赤みそ、しょうゆ、中華スープ、トウバンジャン、砂糖、片栗粉 【ぎょうざ、油 【豚肉、ちくわ、ビーフン、キャベツ、人参、ごま油、しょうゆ、中華スープ、塩、こしょう 【さつま芋、塩 【ブロッコリー、かつおぶし、しょうゆ、みりん
3/8火	ごはん 牛乳 サーモンフライ 揚げじゃがとウインナーのマスタード 炒め いかとキャベツの和え物 みそ汁	【米】 【サーモンフライ、油 【じゃが芋、油、豚肉、ウインナー、玉ねぎ、さやいんげん、油、粒マスタード、しょうゆ、砂糖、塩、こしょう 【いか、キャベツ、きゅうり、人参、しょうゆ、みりん 【うす揚げ、チンゲン菜、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ	3/18金	ごはん 牛乳 ビビンバ風味炒め 厚揚げの煮物 春雨サラダ 中華スープ	【米】 【牛肉、もやし、人参、ほうれん草、にんにく、ごま油、しょうゆ、中華スープ、砂糖、コチュジャン 【厚揚げ、こんにゃく、人参、しょうゆ、砂糖、みりん、酒 【鶏糸卵、春雨、きゅうり、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、中華スープ 【白菜、コーン、中華スープ、塩、こしょう
3/9水	ごはん 牛乳 豚肉のバーベキューソース炒め 炒り卵 ほうれん草のマヨサラダ コンソメスープ	【米】 【豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、にんにく、油、ケチャップ、ウスターソース、りんごビューレ、粒マスタード、砂糖 【卵、枝豆、油、しょうゆ、塩、こしょう 【ツナ、ほうれん草、コーン、マヨネーズ、塩、こしょう 【人参、わかめ、コンソメ、塩、こしょう	3/22火	ロールパン 牛乳 ボークシチュー ミンチカツ ポイルブロッコリー フレンチサラダ ハイン缶	【ロールパン 【豚肉、玉ねぎ、人参、ハヤシフレーク、ケチャップ、塩 【ミンチカツ、油 【ブロッコリー、塩 【キャベツ、人参、コーン、酢、オリーブ油、砂糖、しょうゆ、塩、こしょう 【ハイン缶
3/10木	中華風おこわ 牛乳 鶏肉の中華風天ぷら 切干大根の煮物 きゅうりの即席漬け 中華スープ	【米、もち米、枝豆、人参、白ねぎ、干しいたけ、油、しょうゆ、中華スープ、みりん、酒、塩 【鶏肉、にんにく、しょうが、しょうゆ、酒、砂糖、ごま油、塩、こしょう、天ぷら粉、油 【うす揚げ、人参、切干大根、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし 【きゅうり、しょうゆ、塩 【コーン、わかめ、中華スープ、塩、こしょう	3/23水	たきこみごはん 牛乳 あじのカレー風味揚げ えびと野菜の炒め煮 もやしの和え物 すまし汁	【米、うす揚げ、人参、ごぼう、しょうゆ、酒、塩、けずりぶし 【あじ、カレー粉、塩、こしょう、片栗粉、油 【えび、チンゲン菜、玉ねぎ、人参、枝豆、油、中華スープ、塩、こしょう 【もやし、きゅうり、酢、しょうゆ、砂糖、塩 【白菜、青ねぎ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ

※食品のアレルゲンについてご質問がございましたら、守口市教育委員会事務局 教育部 保健給食課 までお問い合わせください。 TEL 06-6995-3156