

# 令和 2年 3月の予定献立表



宜野湾学校給食センター  
TEL 098-898-4541

※ 宜野湾学校給食センターのアレルギー除去対応食材は★マークで表示しており、給食センターでの対応は次の通りです。  
○…対応可能 ×…対応不可  
※ 除去食対応は、学校および給食センターとの処遇会議を経て対応が決まった児童・生徒へ行うものです。  
※ 食品衛生法に基づくアレルギー対象義務7品目(えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生)を表示しています。

日	行事	主な材料と体内での働き				調味料
		こ  ん  だ  て ★毎日牛乳がつきます	(あか) おもに体をつくる もとになる食品	(きいろ) おもにエネルギーの もとになる食品	(みどり) おもに体の調子を 整えるもとになる食品	
2月	ひなまつり	カツカレー(とんかつ) カツカレー(カレールウ)(乳 ○) てづくりふくじんづけ ちらしめし あさりのすましじる	とんかつ 豚肉、大豆、豆乳	米 大豆油 じゃがいも、小麦粉、★無塩バター	トマト、玉ねぎ、人参、大根 なす、赤パプリカ 大根、人参、きゅうり	ポークガラスープ リンゴ、ヨーグルト、カレールウ しょうゆ、酢
3月	ひなまつり	ごもぐに ひなあられ コッペパン (乳 ×)	大豆、ちくわ、こんぶ	三温糖、大豆油 もち米、オリーブ油 ★給食パン	こんにゃく、人参、だげのこ、大根 ジャンボいんげん	しょうゆ
4月	宜野湾中3年	ヌードルスープ スクランブルエッグ (卵 ○) キャベツとアーモンドのサラダ	とり肉 ★卵、とうふ	スパゲティ、じゃが芋、大豆油 大豆油 アーモンド、ノンエッグマヨネーズ、三温糖	玉ねぎ、人参、セロリ 人参、コーン、あお豆、玉ねぎ キャベツ、わか、小松菜、赤パプリカ レモン	チキンガラスープ しょうゆ 酢、しょうゆ
5月	宜野湾中3年	トマトリゾット コーンチーズポテト (乳 ○) かぼちゃひきにくフライ くだもの くろまいごはん なごみじる	いか、無添加HM ★チーズ	こめ、麦、オリーブ油 じゃが芋 大豆油	大根、人参、玉ねぎ、トマト コーン かぼちゃひき肉フライ いよかん	ポークガラスープ
6月	志真志小6年 宜野湾小6年 バイキング給食	グーバシリチー ウサギ お祝いケーキ(中3年生のみ) (乳卵小麦×) パッカーハウスパン (乳 ×) ジュリエンスープ	豚肉、チキアキ、こんぶ、うずあげ 無添加HM	大豆油、三温糖 三温糖 お祝いケーキ ★給食パン	こんにゃく、人参 メンマ もやし、人参、大根、小松菜	しょうゆ、ポークガラスープ
9月	宜野湾中	さかなフライ コーンスロー ゆかりごはん チキンのカレームニエル かさりやさい てづくりアララニー	まぐろ とり肉 ★卵、とうふ	パン粉、大豆油 ドレッシング 米、砂糖 小麦粉 じゃが芋 ★無塩バター、グラニュー糖 ★小麦粉	キャベツ、玉ねぎ、人参、白菜、セロリ えのきだけ	ポークガラスープ しょうゆ
9月	バイキング献立	フルーツのゼリーあえ タルタルソース さんしよくそぼろどん(ごはん) さんしよくそぼろどん(いりたまご) (卵 ○) さんしよくそぼろどん(にくそぼろ) もずくのみそじる くだもの ごはん ひき肉 ひき肉 すんだもち	★タルタルソース 米 大豆油 大豆油 とうふ、★卵 豚肉、鶏肉、大豆 とうふ、もずく、みそ 豆腐 チキアキ、高野豆腐 白花生、白いんげん豆	★タルタルソース 米 大豆油 大豆油 かたくりこ かたくりこ、大豆油	ゆずゼリー、パイン缶、みかん缶、黄桃缶 あお豆、人参 だげのこ、玉ねぎ 大根、えのきだけ デコポン こんにゃく、まぐらげ、人参、絹さや 大根、人参、小松菜 グリーンピース	しょうゆ、ポークガラスープ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ
10月	宜野湾中3年	ごもぐスープ チャオロウスウ フルーツミックス ごはん すましじる デュークニンブシー てづくりおからかりかけ くだもの	豚肉 寒天	かたくりこ かたくりこ、大豆油	白菜、まぐらげ、人参、長ねぎ、大根 しいたけ しいたけ、だげのこ、もやし、赤パプリカ 玉ねぎ、ピーマン ミカン缶、黄桃缶	チキンガラスープ しょうゆ しょうゆ
11月	とうほくおうえんだて 東北応援献立	ごもぐスープ チャーシューメン すましじる デュークニンブシー てづくりおからかりかけ くだもの	とうふ、豚肉、大豆、赤だしみそ	米 三温糖、ごま油、かたくり粉、大豆油	えのきだけ、白菜、生薑 こんにゃく、大根、人参、小松菜	しょうゆ しょうゆ しょうゆ
12月	宜野湾中3年	ごもぐスープ チャーシューメン すましじる デュークニンブシー てづくりおからかりかけ くだもの	とうふ、豚肉、大豆、赤だしみそ	米 三温糖、ごま油、かたくり粉、大豆油	大根、玉ねぎ、人参、ニラ しいたけ 小松菜、もやし、きゅうり、人参、黄パプリカ	トウバンジャン、しょうゆ テンメンジャン、ポークガラスープ しょうゆ、酢
13月	宜野湾中3年	ごもぐスープ チャーシューメン すましじる デュークニンブシー てづくりおからかりかけ くだもの	とうふ、豚肉、大豆、赤だしみそ	米 三温糖、ごま油、かたくり粉、大豆油	大根、玉ねぎ、人参、ニラ しいたけ 小松菜、もやし、きゅうり、人参、黄パプリカ	トウバンジャン、しょうゆ テンメンジャン、ポークガラスープ しょうゆ、酢
16月	宜野湾中3年	ごもぐスープ チャーシューメン すましじる デュークニンブシー てづくりおからかりかけ くだもの	とうふ、豚肉、大豆、赤だしみそ	米 三温糖、ごま油、かたくり粉、大豆油	大根、玉ねぎ、人参、ニラ しいたけ 小松菜、もやし、きゅうり、人参、黄パプリカ	トウバンジャン、しょうゆ テンメンジャン、ポークガラスープ しょうゆ、酢
17月	宜野湾中3年	ごもぐスープ チャーシューメン すましじる デュークニンブシー てづくりおからかりかけ くだもの	とうふ、豚肉、大豆、赤だしみそ	米 三温糖、ごま油、かたくり粉、大豆油	大根、玉ねぎ、人参、ニラ しいたけ 小松菜、もやし、きゅうり、人参、黄パプリカ	トウバンジャン、しょうゆ テンメンジャン、ポークガラスープ しょうゆ、酢
18月	宜野湾中3年	ごもぐスープ チャーシューメン すましじる デュークニンブシー てづくりおからかりかけ くだもの	とうふ、豚肉、大豆、赤だしみそ	米 三温糖、ごま油、かたくり粉、大豆油	大根、玉ねぎ、人参、ニラ しいたけ 小松菜、もやし、きゅうり、人参、黄パプリカ	トウバンジャン、しょうゆ テンメンジャン、ポークガラスープ しょうゆ、酢
19月	宜野湾中3年	ごもぐスープ チャーシューメン すましじる デュークニンブシー てづくりおからかりかけ くだもの	とうふ、豚肉、大豆、赤だしみそ	米 三温糖、ごま油、かたくり粉、大豆油	大根、玉ねぎ、人参、ニラ しいたけ 小松菜、もやし、きゅうり、人参、黄パプリカ	トウバンジャン、しょうゆ テンメンジャン、ポークガラスープ しょうゆ、酢
23月	小学校6年 中学校3年	ごもぐスープ チャーシューメン すましじる デュークニンブシー てづくりおからかりかけ くだもの	とうふ、豚肉、大豆、赤だしみそ	米 三温糖、ごま油、かたくり粉、大豆油	大根、玉ねぎ、人参、ニラ しいたけ 小松菜、もやし、きゅうり、人参、黄パプリカ	トウバンジャン、しょうゆ テンメンジャン、ポークガラスープ しょうゆ、酢

★食材、その他の都合により献立を変更することがあります。

★学校給食費は、期限内に納めましょう。

★調味料・加工品の原材料については「学校給食調味料一覧表」をご覧ください。

★海産物には、エビ、カニが混入している場合があります。

★揚げ油は数回使用します。アレルギーで気になる方は、給食センターまでご連絡下さい。

★予定献立表、学校給食調味料一覧表、給食日より等は、毎月宜野湾市学校給食センターのホームページに掲載しています。

学校給食 栄養基準	C=エネルギー P=タンパク質 F=脂質		
	小学校	中学校	
	650 kcal	830 kcal	
	27.0 g	34.0 g	
	18.0 g	23.0 g	