

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、だけのご、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 しょうゆ |
| 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 じゃが芋、きゅうり、人参、コーン 赤しそ ブロッコリー、ミニトマト、コン | 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 | ゆずゼリー、パイン缶、みかん缶、黄桃缶 | あお豆、人参 だけのご、玉ねぎ 大根、えのきだけ テコン | しょうゆ しょうゆ |
| 10月 | 宜幼試食会 | ごぼろどん(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 | とうふ、★卵 豚肉、鶏肉、大豆 とうふ、もずく、みそ | 米 大豆油 大豆油 | こんにゃく、人参 だけのご、玉ねぎ 大根、えのきだけ テコン | しょうゆ しょうゆ |
| 11月 | 志真志小6年 宜野湾小6年 東北応援献立 | ごぼろどん(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 | とうふ、★卵 豚肉、鶏肉、大豆 とうふ、もずく、みそ | 米 大豆油 大豆油 | こんにゃく、人参 だけのご、玉ねぎ 大根、えのきだけ テコン | しょうゆ しょうゆ |
| 12月 | 宜野湾中3年 | ごぼろどん(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 | とうふ、★卵 豚肉、鶏肉、大豆 とうふ、もずく、みそ | 米 大豆油 大豆油 | こんにゃく、人参 だけのご、玉ねぎ 大根、えのきだけ テコン | しょうゆ しょうゆ |
| 13月 | 宜野湾中3年 | ごぼろどん(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 | とうふ、★卵 豚肉、鶏肉、大豆 とうふ、もずく、みそ | 米 大豆油 大豆油 | こんにゃく、人参 だけのご、玉ねぎ 大根、えのきだけ テコン | しょうゆ しょうゆ |
| 16月 | 宜野湾中3年 | ごぼろどん(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 | とうふ、★卵 豚肉、鶏肉、大豆 とうふ、もずく、みそ | 米 大豆油 大豆油 | こんにゃく、人参 だけのご、玉ねぎ 大根、えのきだけ テコン | しょうゆ しょうゆ |
| 17月 | 宜野湾中3年 | ごぼろどん(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 | とうふ、★卵 豚肉、鶏肉、大豆 とうふ、もずく、みそ | 米 大豆油 大豆油 | こんにゃく、人参 だけのご、玉ねぎ 大根、えのきだけ テコン | しょうゆ しょうゆ |
| 18月 | 宜野湾中3年 | ごぼろどん(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 | とうふ、★卵 豚肉、鶏肉、大豆 とうふ、もずく、みそ | 米 大豆油 大豆油 | こんにゃく、人参 だけのご、玉ねぎ 大根、えのきだけ テコン | しょうゆ しょうゆ |
| 19月 | 宜野湾中3年 | ごぼろどん(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 | とうふ、★卵 豚肉、鶏肉、大豆 とうふ、もずく、みそ | 米 大豆油 大豆油 | こんにゃく、人参 だけのご、玉ねぎ 大根、えのきだけ テコン | しょうゆ しょうゆ |
| 23月 | 小学校6年 中学校3年 | ごぼろどん(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 | とうふ、★卵 豚肉、鶏肉、大豆 とうふ、もずく、みそ | 米 大豆油 大豆油 | こんにゃく、人参 だけのご、玉ねぎ 大根、えのきだけ テコン | しょうゆ しょうゆ |

★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 | |
| 小学校 | 650 kcl | 27.0 g | 18.0 g |
| 中学校 | 830 kcl | 34.0 g | 23.0 g |