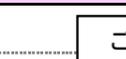
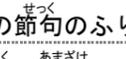
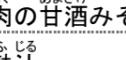
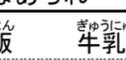
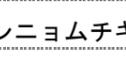
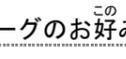
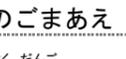
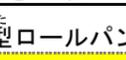
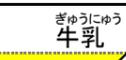
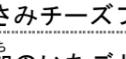
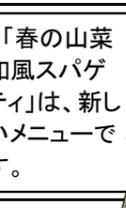
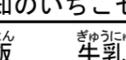
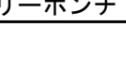
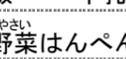
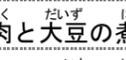
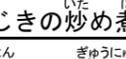
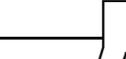
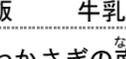
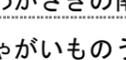
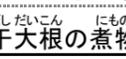
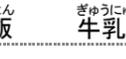
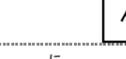
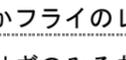
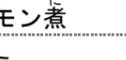
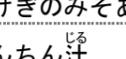
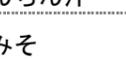
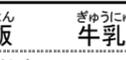
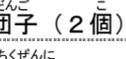
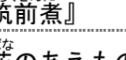
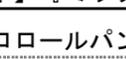
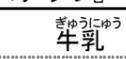
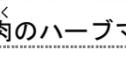
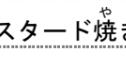
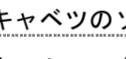


令和5年度3月分 学校給食予定献立表

碧南市第2学校給食センター

日曜		赤  体をつくるものになる食品		緑  体の調子を整える食品		黄  エネルギーのもとになる食品		エネルギー kcal 中学校 小学校				
		1群	2群	3群	4群	5群	6群					
		魚・肉・卵 大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん いも・砂糖	油・種実					
桃の節句献立 												
1 金	ご飯  牛乳  桃の節句のふりかけ  鶏肉の甘酒みそだれ  花麩汁  ひなあられ 	ご飯にのせて食べましょう。 	ぎゅうにゅう えび とりにく みそ なまあげ	ぎゅうにゅう にんじん こまつな にんじん	たけのこ れんこん えだまめ しょうが はくさい えのきたけ	こめ さとう はながたやきふ ひなあられ	752	591				
	4 月	ご飯  牛乳  ヤンニョムチキン  ナムル  春の山菜スープ 	とりにく ベーコン	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン	にんじん にんじん はねぎ	にんにく もやし きゅうり ぜんまい わらび たけのこ たまねぎ はくさい きくらげ	こめ さとう でんぷん あぶら さとう ごまあぶら ごま あぶら	838	647			
		祝 中学校3年生 卒業お祝い献立 										
		5 火	赤飯  牛乳  花型豆腐ハンバーグのお好みソースかけ  花のごまあえ  紅白団子のすまし汁  【中】お祝いデザート	かつおぶし とりにく とうふ おから かまぼこ とりにく とうにゅう	ぎゅうにゅう あおのり ほうれんそう にんじん はねぎ とうにゅう	にんじん たまねぎ にんにく しょうが キャベツ たけのこ だいこん ほししいたけ いちご	こめ あずき さとう さとう さとう さとう こめこ	843	629			
6 水	小型ロールパン  牛乳  春の山菜和風スパゲティ  ささみチーズフライ  愛知のいちごゼリーポンチ 		「春の山菜和風スパゲティ」は、新しいメニューです。 	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく チーズ	ぎゅうにゅう にんじん いんげん とりにく チーズ	わらび ふき キャベツ たまねぎ とうもろこし にんにく パインアップル みかん いちご	パン スパゲティ オリーブあぶら パンこ こむぎこ さとう	807	649			
	7 木		ご飯  牛乳  『野菜はんぺん』  鶏肉と大豆の煮物  ひじきの炒め煮 	やさいはんぺん とりにく だいず ツナ	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ひじき	にんじん にんじん いんげん たまねぎ だいこん こんにやく にんじん	こめ さとう じゃがいも さとう さとう あぶら	787	603			
			8 金	ご飯  牛乳  『わかさぎの南蛮漬け』  じゃがいものうま煮  切り干し大根の煮物 	わかさぎ ぶたにく はんぺん なまあげ	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にんじん にんじん いんげん たまねぎ にんじん	こめ さとう でんぷん あぶら じゃがいも さとう さとう あぶら	805	613		
11 月	ご飯  牛乳  いかフライのレモン煮  わけぎのみそあえ  けんちん汁  甘みそ 	いか とりにく とうふ みそ		ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう わけぎ にんじん にんじん こまつな	レモン はくさい こんにやく ほししいたけ	こめ さとう パンこ こむぎこ でんぷん あぶら じゃがいも さとう さとう さとう	783	620			
	12 火	ご飯  牛乳  肉団子 (2個)  『筑前煮』  菜花のあえもの  【中】『ミックスナッツ』		とりにく とりにく ちくわ あつあげ	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう にんじん いんげん なのはな にんじん	たまねぎ こんにやく たけのこ れんこん ごぼう はくさい	こめ さとう パンこ あぶら なまふ さとう さとう ひよこめめ アーモンド あぶら	812	589		
		13 水	クロロールパン  牛乳  鶏肉のハーブマスタード焼き  春キャベツのソテー  ミネストローネ 	とりにく ツナ ベーコン	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう きピーマン にんじん にんじん パセリ トマト	キャベツ たまねぎ にんにく	こめ さとう パンこ あぶら マカロニ じゃがいも オリーブあぶら	852	616		
			14 木	中華めん  牛乳  ちゃんぽんめんのスープ  揚げぎょうざ (小2個、中3個)  ブロッコリーサラダ  中華ドレッシング 	ぶたにく なんと ぶたにく ツナ	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう チンゲンサイ にんじん はねぎ フロッキー	もやし たまねぎ きくらげ しょうが キャベツ たまねぎ にんにく キャベツ とうもろこし	ちゅうかめん でんぷん さとう ぎょうざのかわ ドレッシング	758	602	

令和5年度3月分 学校給食予定献立表

碧南市第2学校給食センター

日曜	献立名	赤 体をつくるものになる食品		緑 体の調子を整える食品		黄 エネルギーのもとになる食品		エネルギー kcal 中学校 小学校
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
15 金	ごはん 牛乳	魚・肉・卵 大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん いも・砂糖	油・種実	816
	レバーの揚げ煮	レバー とり			にんにく しょうが	さとう でんぷん	あぶら	635
	『根菜サラダ』 菜花のみそ汁	なまあげ みそ		こまつな にんじん なのはな にんじん	ごぼう れんこん キャベツ ほししいたけ	さとう	ごま ごまあぶら	
祝 小学校6年生 卒業お祝い献立								
18 月	むぎ 麦ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ		867
	シーフードカレー	えび いか		にんじん いんげん	たまねぎ にんにく	じゃがいも		723
	メンチカツ	ぶたにく			たまねぎ	さとう でんぷん パンこ こむぎこ	あぶら	
	ミモザサラダ	たまご			キャベツ きゅうり		あぶら	
	フレンチドレッシング 【小】お祝いデザート	とうにゅう			いちご	さとう こめこ	ドレッシング	
19 火	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		762
	マーボドウフ	ぶたにく レバー とうふ みそ		にんじん はねぎ	たけのこ にんにく しょうが	さとう でんぷん	あぶら	592
	いかと野菜の炒め物 はっさく	いか		チンゲンサイ にんじん きピーマン	きくらげ	さとう でんぷん	あぶら	
21 木	ごはん 牛乳		ぎゅうにゅう			こめ		852
	タコライス さわらの洋風焼き 春キャベツのポトフ	ぶたにく さわら ウイナー	チーズ	トマト	たまねぎ レタス キャベツ セロリ にんにく	じゃがいも		657

※材料等の都合により、献立を変更する場合があります。(給食回数14回) ※愛知県産・碧南市産の食材は太字になっています。
 ※材料は、すべてを記載しているわけではありません。 ※水産物(練り製品を含む)は、えび・かに・いかなどが混ざる可能性があります。
 ※アレルギー原因物質については、食物アレルギー詳細な献立表で確認してください。
 ※『』は、かみかみメニューです。よくかんで食べましょう。

給食から、どんなことを学びましたか？



卒業や進級など節目を迎える時期となりました。給食は、「心と体の栄養になるように」「安心しておいしい給食が食べられるように」など、たくさんの思いを込めて作っています。皆さんは、給食を食べながら、どんなことを感じ、学んだのでしょうか？
 今のクラスの友達や先生たちと食べる給食も、あと少しで終わりです。この1年を振り返るとともに、残りの日々も給食を味わって食べて、元気に学校生活を送ってほしいと思います。



令和5年度 クッキングコンテスト受賞献立から一品紹介！



☆☆☆ タコライスの具 ☆☆☆

応募者 中央小学校 5年 村松英祐さん

味付けに焼き肉のたれを使い、忙しい朝でも簡単に作れるレシピです。野菜のシャキシャキ感とオニオンチップのカリカリした歯ごたえが特徴で、とてもおいしいです。春休みの朝食にもおすすめです。(レシピは給食用にアレンジする前のものです。)

【材料】(3人分)

- ごはん お茶碗3杯分
- 豚ひき肉 300g
- 玉ねぎ 1/4個
- トマト 1個
- きゅうり 1/3本
- レタス 3枚
- ピザ用チーズ 50g
- 焼き肉のたれ 大さじ2
- オニオンチップ 少々

【作り方】

- ①玉ねぎはみじん切り、トマトは2cmの角切り、きゅうりは1.5cm角切り、レタスは細切りにする。
- ②豚ひき肉を炒め、火が通ったら玉ねぎを加えて炒める。
- ③②に焼き肉のたれを加えて味をつける。
- ④ご飯の上にチーズ、レタス、③、きゅうり、トマト、オニオンチップの順に盛り付けて出来上がり。