

令和2年度 3月学校給食献立予定表



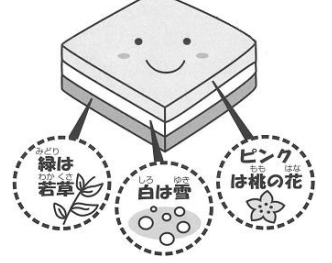
大山学校給食センター

日曜	主食	牛乳	副食	材料の種類とその体内での働き						献立や食品のメッセージ
				赤		緑		黄		
				おもに体をつくる		おもに体の調子を整える		おもにエネルギーになる		
				1群(魚・肉・卵・大豆)	2群(乳製品・小魚・海藻)	3群(緑黄色野菜)	4群(その他の野菜・果物)	5群(穀類・いも・砂糖)	6群(油脂)	
1月	むぎごはん		水ぎょうざ入りキムチスープ とり肉のから揚げ ナムル お米のタルト	とりにく 牛乳 ぶたにく	ほうれん草 にんじん 白ねぎ	はくさい もやし えのきたけ しょうが にんにく だいこん	むぎごはん 揚げ油 きび砂糖 お米のタルト	【3月1日】 大山中3年 リクエスト献立 例年であれば、卒業お祝いとしてパイキング給食ですが、今年度はコロナウイルス感染拡大防止のため、リクエスト献立にしました。学校給食を食べるのも残りわずかです。しっかり食べて、完食を目指しましょう!		
2火	むぎごはん		春雨スープ しゅうまい ブロッコリー	ぶたにく 牛乳 ハム 塩こんぶ	にんじん ブロッコリー	干しいたけ もやし 白ねぎ	むぎごはん ごま油 春雨			
3水	ひなずし		菜の花のすまし汁 花形ハンバーグ れんこんの梅和え ひしもち	豆腐ハンバーグ 牛乳 とりにく のり あぶらあげ	にんじん 菜の花 いんげん	たけのこ 干しいたけ だいこん 白ねぎ れんこん えのきたけ キャベツ 梅ペースト	ひなずし ひしもち きび砂糖 でんぷん			
4木	ココア揚げパン		白ねぎ豆乳ポタージュ フランクフルト かぼちゃサラダ	ハム 牛乳 ウインナー ひじき とうにゅう	にんじん かぼちゃ	白ねぎ はくさい ぶなしめじ キャベツ	ココア揚げパン 揚げ油 きび砂糖 ドレッシング	【3月3日】 ひなまつり献立 3月3日は「ひなまつり」です。この日は女の子の健やかな成長を願う、日本の伝統的な文化で「桃の節句」とも言われます。給食では春の花「菜の花」を使ったすまし汁と、母と子が健やかであるように願いが込められたひし餅が登場します。ひし餅は下から緑・白・桃色の順番で「雪の下には新芽が芽吹き、桃の花が咲いている」様子を表しています。		
食育の日献立				大豆ハンバーグ 牛乳 とりにく のり あぶらあげ	にんじん 菜の花 いんげん	たけのこ 干しいたけ だいこん 白ねぎ れんこん えのきたけ キャベツ 梅ペースト	ひなずし ひしもち きび砂糖 でんぷん			
5金	むぎごはん		大山ジビエカレー 境港サーモンの香草焼き らっきょうサラダ	イノシシにく 牛乳 境港サーモン ハム	にんじん 白ねぎ キャベツ	らっきょう	むぎごはん オリーブ油 じゃがいも サラダ油 きび砂糖			
受験生応援! 献立				根菜のみそ汁 スタミナ納豆 はりはり和え お結びのり	ぶたにく 牛乳 なっとう わかめ みそ のり	にんじん えのきたけ 白ねぎ ごまつな だいこん 切干大根 にんにく もやし ごぼう	げんまいごはん ラー油 きび砂糖 ごま			
9火	ミニゆかりごはん		サイコロステーキ 千草和え ブルーベリークレープ	ぎゅうにく 牛乳 ぶたにく ハム みそ	にんじん ほうれん草 キャベツ 白ねぎ ごまつな えのきたけ あかしそ	しょうが 白ねぎ えのきたけ	ミニゆかりごはん ごま油 ラーメン サラダ油 でんぷん ブルーベリークレープ			
10水	むぎごはん		小松菜のみそ汁 サワラのごま衣焼き きんぴらごぼう	サワラ 牛乳 あぶらあげ ぎゅうにく みそ	にんじん だいこん えのきたけ ごまつな 白ねぎ しょうが いんげん れんこん ごぼう	えのきたけ しょうが ごぼう	むぎごはん ごま油 こんにやく ごま 塩こうじ きび砂糖			
11木	全粒粉パンズパン		根菜のコンソメ煮 かつおフライ ハンバーガーを 楽しませデザート	かつおフライ 牛乳 ベーコン だいす	にんじん セロリ ごぼう ブロッコリー だいこん 白ねぎ キャベツ コーン	ごぼう	全粒粉パンズパン サラダ油 じゃがいも 揚げ油 お楽しみデザート ドレッシング			
12金	むぎごはん		カレースープ 手作りグラタン ごぼうサラダ	とりにく 牛乳 ベーコン バター チーズ	にんじん いんげん 白ねぎ ぶなしめじ ブロッコリー ごぼう ごまつな	エリンギ ぶなしめじ	むぎごはん ごま マカロニ ノンエッグマヨネーズ きび砂糖 じゃがいも			
15月	むぎごはん		豚汁 鶏肉の照り焼き アーモンド和え	とりにく 牛乳 ぶたにく あぶらあげ みそ	にんじん ブロッコリー	ごぼう しょうが キャベツ もやし	むぎごはん アーモンド さつまいも サラダ油 塩こうじ きび砂糖			
大山小 夢のメニュー				サバ 牛乳 とりにく こんぶ ハム かつおぶし みそ	にんじん トマト にんじん 白ねぎ キャベツ にんにく コーン えだまめ きゅうり	ぶなしめじ 干しいたけ	だいせんおこわ ドレッシング 塩こうじ もち米 きび砂糖			
16火	だいせんおこわ		サバのみそ焼き りっちゃんサラダ	とりにく 牛乳 なまあげ わかめ みそ 塩こんぶ とりささみ	にんじん だいこん ぶなしめじ	ぶなしめじ	むぎごはん 揚げ油 こんにやく サラダ油 でんぷん しょうゆ きび砂糖			
17水	むぎごはん		肉豆腐 とうふちくわのいそ辺揚げ のり和え	とうふちくわ 牛乳 ぎゅうにく のり とうふ 青のり	にんじん いんげん 白ねぎ もやし ほうれん草 キャベツ	ぶなしめじ もやし	むぎごはん 揚げ油 こんにやく サラダ油 でんぷん しょうゆ きび砂糖			
18木	こくとろパン		ミネストローネ ハムステーキ 海そうサラダ お楽しみデザート	ハムステーキ 牛乳 ベーコン わかめ こんぶ 赤トサカ 白トサカ 白ミル	トマト キャベツ ぶなしめじ にんじん だいこん ブロッコリー	ぶなしめじ	こくとろパン ドレッシング じゃがいも マカロニ きび砂糖 お楽しみデザート			
19金	むぎごはん		カレースープ 手作りグラタン ごぼうサラダ	とりにく 牛乳 ベーコン バター チーズ	にんじん いんげん 白ねぎ ぶなしめじ ブロッコリー ごぼう ごまつな	エリンギ ぶなしめじ	むぎごはん ごま マカロニ ノンエッグマヨネーズ きび砂糖 じゃがいも			
22月	むぎごはん		大根のみそ汁 ホイコーロー ささみこんぶ和え	ぶたにく 牛乳 なまあげ わかめ みそ 塩こんぶ とりささみ	にんじん だいこん ぶなしめじ ごまつな キャベツ にんにく 白ねぎ もやし	ぶなしめじ	むぎごはん サラダ油 でんぷん きび砂糖			
23火	わかめごはん		もずくのかきたま汁 とりとごぼうの甘辛がらめ ほうれん草のゆば和え 中: お米のタルト	とりにく 牛乳 ゆば もずく さくらたまご わかめ	にんじん ほうれん草 白ねぎ もやし	えのきたけ ごぼう	わかめごはん 揚げ油 きび砂糖 でんぷん 上新粉 お米のタルト			

※収穫状況などにより、産地や食材が変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

【3月1日】
大山中3年 リクエスト献立
例年であれば、卒業お祝いとしてパイキング給食ですが、今年度はコロナウイルス感染拡大防止のため、リクエスト献立にしました。学校給食を食べるのも残りわずかです。しっかり食べて、完食を目指しましょう!

【3月3日】 ひなまつり献立
3月3日は「ひなまつり」です。この日は女の子の健やかな成長を願う、日本の伝統的な文化で「桃の節句」とも言われます。給食では春の花「菜の花」を使ったすまし汁と、母と子が健やかであるように願いが込められたひし餅が登場します。ひし餅は下から緑・白・桃色の順番で「雪の下には新芽が芽吹き、桃の花が咲いている」様子を表しています。



【3月8日】
受験生応援! 献立

3月9・10日は県立高校入試です。中学3年生はこの日に向けてたくさん努力を積み重ねてきました。給食では、最後まで「スタミナ」をつけて、「根」気よく! 「ハリハリ」と力強く! みなさんの努力が実を「結び」ますように、と願いを込めた献立を考えました。きれいな花を咲かせられるように、頑張ってください! 応援しています!

【3月9日】
大山小リクエスト献立
給食委員会にてイベントを行い、リクエスト献立を考えてくれました。人気メニューばかりなので、残さず食べましょう!

【3月16日】
大山小 夢のメニュー
今月は大山小1年生の米原ゆうさんが考えてくれた「スペシャルメニュー」です。一年生の国語で学習で登場した「りっちゃんサラダ」が入っています。

□は大山町の食べ物
=は鳥取県の食べ物