令和7年度　３月　献立表

中学校用

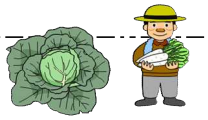
熊取町教育委員会

日・曜	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	9日(月)	10日(火)
献立名	ちらしずし けんちん汁 味噌かつ 牛乳	小型パン ミートスパゲティ カラフルソテー ひなあられ 牛乳	豚丼 田舎味噌汁 飲むヨーグルト（アシドミルク）	フィッシュバーガー コーンスープ 牛乳	**図書給食** カレーライス ひじきのサラダ 牛乳	**お祝いメニュー** 黒米ごはん トック ヤンニョムチキン 牛乳	スイートポテトパン 中華そば ナムル 飲むヨーグルト（コアコア）
材料名および三色栄養	精白米 黄 ちらしずしの素 黄 鶏肉 赤 豆腐 赤 油揚げ 赤 里芋 黄 大根 緑 人参 緑 青ねぎ 緑 うす口醤油 塩 けずりぶし だし汁 とんかつ 赤 揚げ油 黄 赤だし味噌 赤 砂糖 黄 こい口醤油 酒 みりん 煎り胡麻 黄 水 牛乳 赤	小型パン 黄 ハーフスパゲティ 黄 豚ミンチ 赤 玉ねぎ 緑 人参 緑 セロリ 緑 にんにく 緑 サラダ油 緑 トマトピューレ 緑 ケチャップ ウスターソース 塩 胡椒 フランクフルト 赤 ホールコーン 緑 枝豆 緑 人参 緑 サラダ油 緑 塩 緑 胡椒 ひなあられ 黄 牛乳 赤	精白米 黄 鶏肉 赤 白玉団子 黄 玉ねぎ 緑 人参 緑 えのき茸 緑 青ねぎ 緑 赤味噌 緑 白みそ 緑 けずりぶし 緑 だし汁 緑 豚肉 赤 糸こんにゃく 玉ねぎ 緑 人参 緑 砂糖 黄 こい口醤油 酒 けずりぶし だし汁 飲むヨーグルト（アシドミルク） 赤	渦巻きカットパン 黄 鶏肉 赤 じゃが芋 黄 玉ねぎ 緑 ホールコーン 緑 人参 緑 うす口醤油 緑 塩 胡椒 鶏がら スープ ホキフライ 赤 なたね油 黄 キャベツ 緑 サラダ油 緑 スライスチーズ 黄 ノンエッグタルタルソース 牛乳 赤	精白米 黄 豚肉 赤 じゃが芋 黄 玉ねぎ 緑 人参 緑 サラダ油 緑 豆乳 黄 カレールウ 赤 ウスターソース 黄 カレー粉 胡椒 水 大豆 赤 チキンフレーク 赤 ひじき 赤 人参 緑 キャベツ 緑 ごまドレッシング 黄 牛乳 赤	精白米 黄 黒米 黄 ごま塩 豚肉 赤 トック 黄 わかめ 赤 玉ねぎ 緑 人参 緑 生しいたけ 緑 青ねぎ 緑 うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら 豚骨 スープ 鶏肉 赤 米粉 黄 片栗粉 黄 なたね油 黄 土生姜 黄 にんにく 緑 酒 緑 みりん 砂糖 黄 こい口醤油 ケチャップ コチュジャン 片栗粉 黄 水 牛乳 赤	スイートポテトパン 黄 中華麺 黄 豚肉 赤 白菜 緑 人参 緑 筍 緑 青ねぎ 緑 うす口醤油 塩 胡椒 鶏がら 豚骨 スープ 焼き豚 赤 緑豆もやし 緑 人参 緑 ニラ 緑 煎り胡麻 黄 サラダ油 黄 ごま油 黄 砂糖 黄 こい口醤油 豆板醤 飲むヨーグルト（コアコア） 赤
	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質/脂質	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質/脂質	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質/脂質	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質/脂質	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質/脂質	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質/脂質	ｴﾈﾙｷﾞｰ/たんぱく質/脂質
中学	805kcal　28.7g　26.3g	738kcal　29.3g　27.6g	709kcal　28.3g　9.4g	806kcal　32.2g　34.4g	794kcal　24.5g　23.9g	821kcal　36.2g　21.8g	603kcal　22.6g　13.4g

赤：赤色の食品・・・体をつくるもとになるもの　　黄：黄色の食品・・・熱や力になるもの　　緑：緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの

＜今月の図書給食＞　６日（金）　ひじきのサラダ（キャベツ）

「天使のにもつ」　いとう　みく/著　　丹下　京子/絵　童心社



中学２年生の風汰が学校の職業体験で選んだ先は、保育園「子どもと遊んでいればいいってこと？ありかも？」と安易な気持ちで選んだ体験先だったけれど…いざ始まってみれば、もちろん楽な仕事ではなく、なかには気がかりな園児もいて・・・　風汰が自分の心で感じ、自分の頭で考えて過ごした5日間、どんな変化が風汰の心に表れるのか！　　近所の畑で、とれたてのキャベツをもらって大はしゃぎの園児達。絶対、おいしいよね、とれたてのキャベツ！みずみずしくって、甘くって、煮たり、炒めたり、蒸しても、何にしても、どんな食材と合わせてもおいしいキャベツ！ひじきと一緒にサラダにすれば、パクパクパ食べればみんな大はしゃぎ！こんなにおいしいキャベツを作ってくれた農家さん「ありがとう！」