★印は「かみかみ献立」です

令和6(2024)年 3月　給食予定献立表

小学校（単独・親子）
寝屋川市教育委員会
寝屋川市学校給食会

日(曜)	献立名	食品名 赤（体をつくる）	緑（体の調子をととのえる）	黄（エネルギーになる）
1(金)	牛乳 ちらし寿司 かきたま汁 ひしもち	牛乳 ちりめんじゃこ たまご かまぼこ	人参 ごぼう 干しいたけ 玉ねぎ 青ねぎ	米 さとう ごま かたくり粉 ひしもち
4(月)	牛乳 ごはん 和風ハンバーグ 大根のみそ汁	牛乳 ハンバーグ 油揚げ わかめ 赤みそ 白みそ	青ねぎ 大根 人参 青ねぎ	米 さとう
5(火)	牛乳 赤飯 豚肉のしょうが炒め えのきのすまし汁 すだちゼリー	牛乳 豚肉 絹揚げ	土しょうが 玉ねぎ 人参 えのきたけ 青ねぎ	米 もち米 小豆 こんにゃく さとう すだちゼリー
6(水)	牛乳 コッペパン クリームシチュー ひじきときゃべつのサラダ	牛乳 鶏肉 ベーコン 調理用牛乳 ひじき 粉かつお	玉ねぎ 人参 キャベツ	コッペパン じゃが芋 バター 小麦粉 さとう
7(木)	牛乳 菜飯 鶏肉とこんにゃくの照り煮 白菜のみそ汁	牛乳 ちりめんじゃこ 鶏肉 豆腐 油揚げ 赤みそ 白みそ	大根葉 白ねぎ 白菜	米 ごま ごま油 こんにゃく さとう
8(金)	牛乳 コッペパン 春巻 ブロッコリー コンソメスープ	牛乳 春巻 鶏肉	ブロッコリー 玉ねぎ 人参 パセリ	コッペパン 揚げ油 柑橘ドレッシング
11(月)	牛乳 カレーライス きゃべつとツナのソテー	牛乳 牛肉 まぐろオイル漬け	玉ねぎ 人参 キャベツ	米 押麦 じゃが芋
12(火)	牛乳 ごはん さばのソース煮 塩こうじ汁	牛乳 さば 豚肉 油揚げ	土しょうが 白菜 玉ねぎ 人参 青ねぎ 土しょうが	米 さとう
13(水)	牛乳 ごはん みそおでん もやしとたくあんの和え物	牛乳 鶏肉 絹揚げ ごぼう天 白みそ 赤みそ	大根 人参 もやし たくあん	米 じゃが芋 こんにゃく さとう ごま
14(木)	牛乳 コッペパン ささみチーズ巻フライ ボイルきゃべつ えのきとチンゲンサイのスープ	牛乳 ささみチーズ巻きフライ ベーコン	キャベツ えのきたけ チンゲンサイ 玉ねぎ 人参	コッペパン 揚げ油 和風ドレッシング
18(月)	牛乳 かやくごはん 五目汁 ムース	牛乳 鶏肉 油揚げ たまご	ごぼう たけのこ 干しいたけ 玉ねぎ 人参 青ねぎ	米 こんにゃく さとう 春雨 かたくり粉 ムース
19(火)	牛乳 ごはん いかの天ぷら 豚汁 ★かみかみ大豆	牛乳 いか天ぷら 豚肉 油揚げ 赤みそ 大豆	大根 人参 ごぼう 青ねぎ	米 揚げ油
21(木)	牛乳 食パン カスレ 野菜スープ	牛乳 ウィンナー ベーコン 鶏肉	玉ねぎ にんにく トマト水煮 人参 小松菜	食パン 白いんげん豆 さとう