

たのしいきゅうしょく3月



令和4年3月の献立

美幌町学校給食センター

月	火	水	木	金
	1 ナポリタン スパゲティ 野菜グラタン たまごサラダ	2 ひなまつり給食 ごはん すまし汁 花型豆腐バーグの オーロラソースあえ ミニカップマフィン	3 高校入試 チキンカレー 福神漬 コールスローサラダ	4 高校入試 ごはん 豆腐と油揚げの味噌汁 肉じゃが ぶどうゼリー
7 ★ ごはん ほうれん草の味噌汁 さんまの蒲焼 (小2尾・中3尾) きりぼしだいこんのもの 切干大根の煮物	8 ★ 味噌ラーメン 焼き餃子 (2個) /餃子のタレ みかんゼリー	9 ★ ワカメごはん キャベツの味噌汁 チキンとチーズの オープン焼き 茎ワカメサラダ	10 ★ カレーライス エビフライ 元気ヨーグルト	11 ★ ソフトフランスパン ミネストローネ ハンバーグ /マイティソース えだまめ 枝豆サラダ
14 ★ ごはん 大根の味噌汁 さばの味噌煮 カットいちごゼリー	15 小学校のみ 和風スパゲティ 焼き春巻き ポテトサラダ	16 ごはん 中華スープ ショーロンポー (2個) /餃子のタレ 麻婆豆腐	17 ごはん もやしの味噌汁 白身魚フライ/ソース 鶏肉とキャベツのソテー	18 中学校のみ カレーピラフ ごもく 五目スープ オムレツ (2個) カラフルサラダ
21 春分の日	22 ごはん 白菜の味噌汁 照焼チキン 豚ひき肉と こんにゃくの煮物	23 ピリ辛肉味噌丼 大根スープ 厚焼き玉子	栄養価平均値 エネルギー (kcal) 670 / 810 たんぱく質 (g) 26.4 / 31.0 脂質 (g) 26.7 / 33.1 食塩相当量 (g) 1.71 / 2.26	

コロナウイルスの状況により学校行事が変更となる場合があるため、給食提供日や献立内容が変わることがあります。
 小学校からのお知らせをご確認ください。♪牛乳は毎日つきます。♪8日は、美幌町にある三雄産業のひでちゃん小麦(美幌産)を使用しています。
 ♪★は、中3のみ通常メニューを少しアレンジした「お楽しみ給食」になります。
 ♪令和4年度から給食費の納入日が5月から翌年2月まで(現在は4月から翌年1月まで)に変更になります。

1年間、ありがとうございました

コロナ禍ということで「前向き」「黙食」での給食時間でしたが、ルールをきちんと守り、給食を食べていましたね。きっと、この1年で心も体も大きく成長したことでしょ。保護者の皆さま、今年度も給食運営へのご理解とご協力をありがとうございました。引き続き、安心・安全な給食を提供できるよう、職員一丸となって努めてまいりますので、よろしくお願い致します。



	あかの食品	きいろの食品	みどりの食品	そのた（調味料）	エネルギー
1	牛乳、豆乳、豚肉、鶏肉 卵	スパゲティ、小麦、砂糖 オリーブ油、芋	玉ねぎ、人参、ピーマン、しいたけ トマト、ほうれん草、コーン	ケチャップ、ソース 沖縄の塩、胡椒	小 781 中 838
2	牛乳、高野豆腐、豆腐 鶏肉、卵	米、小麦、マヨネーズ	しいたけ、えのきたけ、マッシュルーム、人参 ほうれん草、長ねぎ、玉ねぎ、ピーマン、トマト	だし、醤油、沖縄の塩 ケチャップ	小 667 中 802
3	牛乳、生クリーム、鶏肉 ハム	米、芋、はちみつ、油	人参、玉ねぎ、ブルー、福神漬 白菜、きゅうり	カレールウ、ソース ドレッシング	小 649 中 778
4	牛乳、油揚げ、豆腐、豚肉	米、芋、しらたき、油 砂糖、ぶどうゼリー	人参、長ねぎ、玉ねぎ、いんげん	味噌、だし、醤油 本みりん	小 644 中 812
7	牛乳、油揚げ、さんま 竹輪、ひじき	米、砂糖	ほうれん草、人参、玉ねぎ、切干大根	味噌、だし、清酒 醤油、本みりん	小 634 中 761
8	牛乳、豚肉、鶏肉 なると巻、卵	ラーメン、小麦、ごま みかんゼリー	白菜、長ねぎ、もやし、人参	からスープ、ラーメントラシ 沖縄の塩	小 760 中 832
9	牛乳、ワカメ、茎ワカメ 豆腐、油揚げ、鶏肉、チーズ	米、油	キャベツ、人参、長ねぎ、もやし	味噌、だし、ドレッシング	小 645 中 770
10	牛乳、生クリーム、豚肉 エビ、卵、ヨーグルト	米、芋、はちみつ 小麦、米サラダ油	人参、玉ねぎ、ブルー	カレールウ、ソース	小 765 中 899
11	牛乳、ウインナー、鶏肉 豚肉、ハム	パン、小麦、オリーブ油	人参、玉ねぎ、キャベツ、にんにく トマト、もやし、枝豆	からスープ、コンソメ、ソース 沖縄の塩、胡椒、ドレッシング	小 688 中 824
14	牛乳、油揚げ、さば	米、いちごゼリー でんぷん、砂糖	長ねぎ、人参、大根	味噌、だし、本みりん	小 645 中 788
15	牛乳、鶏肉	スパゲティ、小麦、ごま、春雨 オリーブ油、芋、マヨネーズ	ピーマン、人参、玉ねぎ、キャベツ しいたけ、長ねぎ	塩たれ、コンソメ、醤油 オイスターソース	小 643
16	牛乳、豚肉、豆腐	米、小麦、ごま、砂糖 でんぷん	人参、チンゲン菜、長ねぎ、もやし 玉ねぎ、にんにく、生姜	シャンタン、からスープ、醤油、豆板醤 コンソメ、オイスター、甜面醤、本みりん	小 648 中 806
17	牛乳、油揚げ、ホキ 鶏肉	米、米サラダ油、砂糖 ごま油、ごま	人参、長ねぎ、もやし、えのきたけ キャベツ、玉ねぎ	味噌、だし、ソース 清酒、オイスター、醤油	小 659 中 824
18	牛乳、高野豆腐、ウインナー 卵、ハム	米、ごま、油	白菜、長ねぎ、人参、キャベツ、きゅうり コーン	コンソメ、シャンタン、カレー粉 沖縄の塩、ドレッシング	中 802
22	牛乳、豆腐、油揚げ 鶏肉、豚肉	米、つきこんにやく ごま油、砂糖	白菜、人参、長ねぎ、えのきたけ ピーマン	味噌、だし、清酒 醤油、本みりん	小 623 中 808
23	牛乳、ウインナー、豚肉 卵	米、砂糖、油	大根、人参、玉ねぎ、キャベツ、生姜 にんにく、グリーンピース	からスープ、コンソメ、甜面醤、本みりん 沖縄の塩、醤油、胡椒、豆板醤	小 686 中 834

体の中で 赤の食品はみんなの体を作ります 黄色の食品は体を動かす力になります 緑の食品は体の調子を整えます

ち い き し ゅ く
地域色あふれる ひな祭りのお菓子

～ 3月に使用する食材の産地について ～

※町内産	※道内産	※国内産
じゃがいも メン（小麦粉） 玉ねぎ	精米、パン（小麦粉）、味噌、醤油、豚肉、鶏肉 しいたけ、もやし	きゅうり、大根 キャベツ、チンゲン菜、長ねぎ 白菜、ほうれん草、人参 ピーマン、赤ピーマン



※天候や生育状況により生産不足となり、産地が変わる場合もあります。ご理解の程よろしくお願ひします。