3月の献立

	献立名（材料名）	アレルギー代替食・栄養価 ※玉:たまごアレルギー ・ 乳:牛乳・乳製品アレルギー		使用調味料等			
3/2（月）	酢豚風肉団子(鶏団子、にんじん、ピーマン、 玉ねぎ、パイン缶、片栗粉)　春巻 ポテトサラダ　グリンリーフ	ポテトサラダ　→ アレルギー用サラダ	玉	醤油	○	和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ	○	中華だし	○
				ｹﾁｬｯﾌﾟ		コンソメ	
ごはん給食	さっぱり漬け(きゅうり)　鯛かまぼこ みかん缶			ソース		ごま油	○
		エネルギー: 449kcal / たんぱく質: 9g / 脂質: 14.4g					
3/3（火）	ひなちらし(錦糸卵、きゅうり、刻みのり、 ちりめんじゃこ、味付かんぴょう、ちらしずしの素) いかリングフライ　オレンジ　ひなあられ	ひなちらし(錦糸卵) →　コーン	玉	醤油	○	和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ		中華だし	
				ｹﾁｬｯﾌﾟ		コンソメ	
ごはん給食	お吸い物(豆腐、わかめ、かまぼこ)			ソース		ごま油	
		エネルギー: 402kcal / たんぱく質: 9.9g / 脂質: 10.7g					
3/4（水）	えびカツサンドイッチ（えびカツ、キャベツ、タルタルソース、パン） サラダサンドイッチ（ポテトサラダ、きゅうり、パン）	タルタルソース → アレルギー用マヨネーズ	玉	醤油		和風だし	
		ポテトサラダ　→ アレルギー用サラダ	玉	ﾏﾖﾈｰｽﾞ	○	中華だし	○
	スティックパン　バナナ			ｹﾁｬｯﾌﾟ		コンソメ	
パン給食	五目スープ(豚肉、玉ねぎ、にんじん、太もやし、青ねぎ)			ソース	○	ごま油	
		エネルギー: 410kcal / たんぱく質: 12.6g / 脂質: 13.3g					
3/5（木）	さんまのおかか煮　枝豆 卵とじ（高野豆腐、玉ねぎ、人参、グリンピース、たまご）	卵とじ　→　たまご抜き	玉	醤油	○	和風だし	
		フレンチドレッシング → アレルギー用ドレッシング	玉	ﾏﾖﾈｰｽﾞ		中華だし	
	サラダ（キャベツ、人参、きゅうり、玉ねぎ、フレンチドレッシング）			ｹﾁｬｯﾌﾟ		コンソメ	
ごはん給食	かに焼売　パイン缶			ソース		ごま油	
		エネルギー: 423kcal / たんぱく質: 13.7g / 脂質: 13.3g					
3/9（月）	チキンナゲット　ケチャップ　グリンリーフ きのこスパゲティ（スパゲディ、ベーコン、しめじ、玉ねぎ、ほうれん草）			醤油	○	和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ		中華だし	
	そぼろ煮（子芋、こんにゃく、鶏ミンチ、いんげん）			ｹﾁｬｯﾌﾟ	○	コンソメ	
ごはん給食	煮付け（厚揚げ）　りんご缶			ソース		ごま油	
		エネルギー: 467kcal / たんぱく質: 12.2g / 脂質: 18g					
3/10（火）	中華丼(豚肉、いか、白菜、玉ねぎ、もやし きくらげ、にんじん、片栗粉)			醤油		和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ		中華だし	○
	揚げ餃子			ｹﾁｬｯﾌﾟ		コンソメ	
ごはん給食	バナナ			ソース		ごま油	
		エネルギー: 403kcal / たんぱく質: 11.3g / 脂質: 5.2g					
3/11（水）	サンドイッチ（ハムカツ、キャベツ、ソース、マヨネーズ、パン）	マヨネーズ　→ アレルギー用マヨネーズ	玉	醤油		和風だし	
	サンドイッチ（ツナ、きゅうり、パン）	ツナサラダ　→ アレルギー用サラダ	玉	ﾏﾖﾈｰｽﾞ	○	中華だし	○
	サンドイッチ（イチゴジャム、パン）	たまごスープ　→　玉子抜き	玉	ｹﾁｬｯﾌﾟ		コンソメ	○
パン給食	プチゼリー			ソース	○	ごま油	
	たまごスープ（玉子、玉ねぎ、わかめ）	エネルギー: 402kcal / たんぱく質: 11.8g / 脂質: 16.8g					
3/12（木）	オムそば（スパゲティ、豚肉、キャベツ、玉子焼き、ソース、 ケチャップ)　甘辛煮（じゃが芋、人参、豚肉）	オムそば　→　たまご抜き	玉	醤油	○	和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ		中華だし	
	レモン和え（きゅうり、かにかま、レモン汁）			ｹﾁｬｯﾌﾟ	○	コンソメ	
ごはん給食	白桃缶			ソース	○	ごま油	
		エネルギー: 395kcal / たんぱく質: 10.4g / 脂質: 6.9g					
3/13（金）	カレーライス(牛肉、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、 カレールウ、ホワイトルウ、ガーリック)	プリン　→　ゼリー	玉乳	醤油		和風だし	
				ﾏﾖﾈｰｽﾞ		中華だし	
	プリン			ｹﾁｬｯﾌﾟ		コンソメ	○
ごはん給食				ソース	○	ごま油	
		エネルギー: 485kcal / たんぱく質: 11.3g / 脂質: 12.7g					
3/16（月）	＊＊＊　お 子 様 ラ ン チ　＊＊＊	ドーナツ　→　源氏パイ	玉・乳	醤油	○	和風だし	
	鶏の唐揚(鶏もも肉、片栗粉)			ﾏﾖﾈｰｽﾞ		中華だし	
	フライドポテト　グリンリーフ			ｹﾁｬｯﾌﾟ	○	コンソメ	
ごはん給食	ケチャップソテー(マカロニ、ピーマン、玉ねぎ)			ソース		ごま油	
	ドーナツ　オレンジ　型抜ごはん（かつおふりかけ）	エネルギー: 554kcal / たんぱく質: 12.4g / 脂質: 18.7g					

（有）内田フーヅ　宝塚市金井町4-18
TEL 0797(81)4044 FAX 0797(81)4008