

令和7年 3月 こんだてひょう

今月の目標： 1年間の食生活を振り返ろう

東部C学校給食共同調理場(打出中・粟津中・北大路中・石山中・南郷中・田上中・青山中・瀬田中・瀬田北中)

大津市教育委員会

日	曜	献立名	主 材				エネルギー たんぱく質 脂 質
			②黄 おもにエネルギーの もとになる	③赤 おもに体をつくる	④緑 おもに体の調子を 整える	その他	
3	月	コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 フランクフルト だいこんサラダ わふう ・和風ドレッシング やさい 野菜ブラウンシチュー（レトルト）	コッペパン 和風ドレッシング 野菜ブラウンシ チュー（レトルト）	牛乳 フランクフルト	だいこん カラーピーマン		789kcal 26.3g 32.8g
4	火	そつぎょう いわ こんだて 【卒業お祝い献立】 せきはん 赤飯・ごましお ぎゅうにゅう 牛乳 ちくわの磯辺揚げ☆ ぶた 豚じゃが スティックケーキ（いちご）	赤飯 ごましお 上新粉 なたね油 じゃがいも 三温糖 スティックケーキ （いちご）	牛乳 焼き竹輪 あおのり 豚肉	たまねぎ にんじん 糸こんにゃく さやいんげん	みりん しょうゆ 削り節	899kcal 28.5g 29.7g
5	水	もも せつこんだて 【桃の節句献立】 おおつさんむぎ 大津産麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さばのねぎ塩レモンだれ* しお ちらしずしの具 なばなのすまし汁 じる	麦ごはん なたね油 三温糖	牛乳 さば 高野豆腐 鶏ひき肉 わかめ	白ねぎ レモン果汁 にんじん かんぴょう さやいんげん 乾しいたけ たまねぎ はくさい えのきたけ なばな	塩 酒 米酢 しょうゆ みりん 出し昆布 削り節	718kcal 33.6g 24.6g
6	木	【おすすめカレー・ のこ た 残さず食べようデー】 おおつさんむぎ 大津産麦ごはん のむヨーグルト(A) あつあ だいず 厚揚げと大豆のコロコロ揚げ はくさいのゆず風味 ふうみ おのしょうがっこう 小野小学校おすすめカレー	麦ごはん でん粉 なたね油 じゃがいも カレーウ	のむヨーグルト(A) 厚揚げ 大豆 牛肉(近江牛) 牛肉	はくさい だいこん ゆず果汁 たまねぎ にんじん 赤こんにゃく トマト	塩 しょうゆ みりん ウスターソース ケチャップ カレー粉 こしょう 削り節	796kcal 22.2g 22.6g
7	金	し が さんぶつ た 【滋賀の産物を食べようデー】 おおつさんむぎ 大津産麦ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 とりにく 鶏肉のあまからしょうがだれ* あか 赤こんにゃくのそぼろ炒め う まめじる 打ち豆汁	麦ごはん でん粉 なたね油 三温糖	牛乳 鶏肉 豚ひき肉 打ち豆（大豆） 油揚げ みそ	しょうが チンゲンサイ 赤こんにゃく たまねぎ だいこん にんじん 青ねぎ	酒 塩 しょうゆ みりん 煮干し	764kcal 33.5g 23.6g
10	月	がいこくりょうり 【外国料理・アメリカ】 コッペパン ぎゅうにゅう 牛乳 ケイジャン風フライドチキン* コールスローサラダ チリコンカン	コッペパン でん粉 なたね油 コーンドレッシング ひよこまめ じゃがいも 三温糖	牛乳 鶏肉 大豆 豚ひき肉	にんにく キャベツ とうもろこし たまねぎ にんじん	酒 しょうゆ カレー粉 パプリカ（粉） こしょう 塩 ケチャップ トマトピュー レー コンソメ	842kcal 38.9g 31.3g
11	火	そつぎょうしき <u>卒業式のため給食はありません</u> きゅうしよく					

☆ 4日(火) ちくわの磯辺揚げ 中学生は2個です。

日	曜	献立名	主 材 料				エネルギー たんぱく質 脂 質
			②黄 おもにエネルギーの もとになる	③赤 おもに体をつくる	④緑 おもに体の調子を 整える	その他	
12	水	おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 あ いかにかりん揚げ ナムル とりにく やさい ちゅうかうに 鶏肉と野菜の中華風煮	麦ごはん でん粉 なたね油 三温糖 ごま油 すりごま	牛乳 むらさきいか 鶏肉	しょうが チンゲンサイ だいこん にんにく はくさい たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン	酒 しょうゆ 塩 中華スープ	760kcal 33.3g 20.5g
13	木	【かみかみデー】 おおつさんむぎ 大津産麦ごはん のむヨーグルト(B) わかさぎのから揚げ あ はなやさい 花野菜のサラダ・マヨネーズ とりだんごじる 鶏団子汁	麦ごはん でん粉 なたね油 マヨネーズ じゃがいも	のむヨーグルト(B) わかさぎ チキンボール	ブロッコリー カリフラワー にんじん だいこん ごぼう	酒 しょうゆ 出し昆布 削り節 塩	725kcal 23.6g 22.1g
14	金	きょうどりょうり とくさんぶつ な ら けん 【郷土料理・特産物：奈良県】 おおつさんむぎ ぎゅうにゅう 大津産麦ごはん 牛乳 ぶたにく うめや 豚肉の梅焼き こまつなの煮びたし よしのに 吉野煮	麦ごはん じゃがいも 三温糖 でん粉	牛乳 豚肉 さつま揚げ 鶏肉 厚揚げ	梅肉 こまつな はくさい だいこん にんじん たけのこ	酒 しょうゆ みりん 削り節	726kcal 36.6g 18.4g
17	月	こくとう ぎゅうにゅう 黒糖パン 牛乳 とりにく や 鶏肉のバジル焼き コーンポテト ポトフ	黒糖パン なたね油 じゃがいも	牛乳 鶏肉 ウインナー	にんにく とうもろこし たまねぎ だいこん キャベツ にんじん	白ワイン 塩 こしょう バジルソース コンソメ	705kcal 36.5g 19.9g

※ 材料等の都合で献立を変更することがありますのでご了承ください。

* は、新しい料理などです。お楽しみに・・・

★こんだてから

- 3 日 「野菜ブラウンシチュー(レトルト)」は、緊急時の代替用物資を提供させていただきます。原材料につきましては、学校給食食品原材料表(令和6年度3学期分)の最終ページに記載しております。
- 4 日 赤飯の赤色には意味があります。昔から、「赤色には災いを避ける力がある」と信じられていたので、お祝いの日には赤飯が食べられてきました。日本の伝統的な食文化の一つです。
- 5 日 「ちらしずし」は、縁起のよい食べ物としてお祝いの席で食べられます。給食では、ちらしずしの具を自分で麦ごはん に混ぜて食べます。
- 6 日 小野小学校おすすめカレーは、かつおのだしとトマトの風味が特徴のカレーです。おすすめポイントは、具材がたくさんで、近江牛や赤こんにやくなどの滋賀の名物が入っているところです。
- 10 日 ケイジャン料理は、アメリカ合衆国南部のルイジアナ州で生まれた郷土料理です。香味野菜やスパイスを効かせたスパイシーな味付けが特徴です。給食では、カレー粉でスパイシーな味をつけ、パプリカパウダーで赤いフライドチキンに仕上げます。
- 14 日 奈良県には、賀名生梅林(あのうばいりん)や月ヶ瀬梅林など梅の名所がいくつかあり、これらの場所は美味しい梅の産地でもあります。給食では、焼いた豚肉に梅のたれをかけて提供します。奈良県の伝統的な大和野菜の一つに大和まながあります。給食では、大和まなと同じアブラナ科のこまつなを使って、煮びたしにします。

・・・保護者の方へお願い・・・

- 皆様からいただいております学校給食費は、すべて食材の購入費となっています。
毎月の学校給食費は期日までにお支払いいただきますようお願いいたします。
3月28日(金)は、2月分と合算した金額で口座振替となります。
2・3月分の納付予定額は、中学校8,120円(2月分5,220円、3月分2,900円)です。
ただし、学校行事等により変更となる場合があります。
- 第3子以降の給食費免除の申請を随時受付しています。詳しくは市HPをご確認ください。