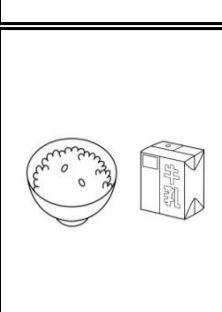

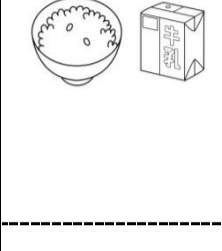
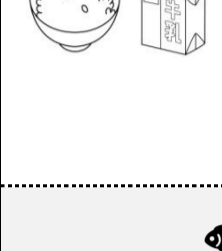
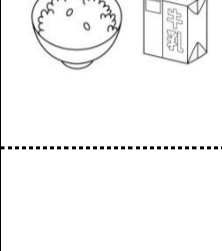



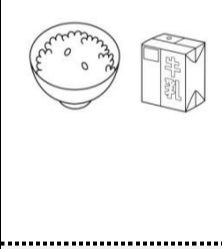

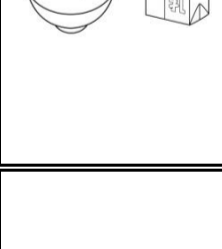

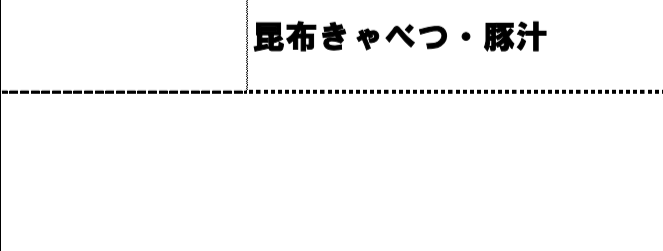
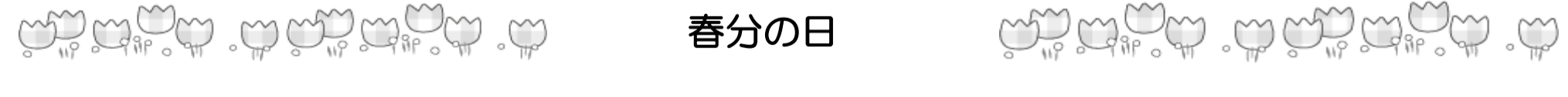

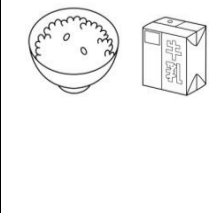


# 3月 給食献立表

2023年度 尾鷲市立輪内中学校

日 曜	献立名	1群	2群	3群	4群	5群	6群
		卵/肉/魚/豆腐	乳製品/海藻/小魚	緑黄色野菜	淡色野菜/果物	ごはん/いも類	油/マヨネーズ
1 金	 カレー フルーツヨーグルト 福神漬け・ひなあられ	豚肉	牛乳 ヨーグルト	人参	玉ねぎ にんにく パイン缶 みかん缶 福神漬け	ごはん ジャガイモ カレールウ ひなあられ	サラダ油
4 月	 ハンバーガー フライドポテト オニオンスープ コーヒー牛乳	豚肉 卵	牛乳 コーヒー牛乳 青のり	人参	玉ねぎ エリンギ	パン バター 片栗粉 パン粉 フライドポテト	マヨネーズ 砂糖 サラダ油
5 火	 鶏肉の塩レモン揚げ ゆかりキャベツ 茶碗蒸し・動物チーズ	鶏肉	牛乳 動物チーズ だし(かつお・昆布)		レモン にんにく きゃべつ 椎茸	ごはん 片栗粉	サラダ油 砂糖
6 水	 花しゅうまい 海藻サラダ レタスとたまごのスープ	豚肉 豆腐	牛乳 わかめ	人参 コーン	玉ねぎ 生姜 きゃべつ 胡瓜 コーン 玉ねぎ	ごはん 片栗粉 しゅうまいの皮	ごま油 サラダ油 砂糖
7 木	 おさかな給食 マダイカマの煮つけ おかか和え・すまし汁	マダイ	牛乳 かつお節 豆腐 かまぼこ	ねぎ	生姜 白菜 えのき 玉ねぎ	ごはん	砂糖
8 金	 卒業証書授与式						
11 月	 学年末テスト						
12 火	 学年末テスト						
13 水	 菜めし カップエッグ 焼きそば	卵 ウィンナー いか 豚肉 あげ天	牛乳 あおのり 削り粉	人参	玉ねぎ きゃべつ	ごはん めん	マヨネーズ サラダ油
14 木	 おさかな給食 ブリの照り焼き 春雨サラダ・みそ汁	ぶり かにかまぼこ 豆腐 味噌	大内山ヨーグルト わかめ だし(かつお・昆布)	ねぎ 人参	玉ねぎ	ごはん 春雨	砂糖 砂糖 サラダ油
15 金	 親子煮 ごま和え そうめん汁	鶏肉 卵 竹輪	人参 ねぎ だし(かつお・昆布)	人参 ねぎ	玉ねぎ 胡瓜 きゃべつ もやし しめじ 椎茸	ごはん 素麺	砂糖 ごま
18 月	 ポークシチュー 五目きんぴら	豚肉 あげ天	牛乳	人参 いんげん	玉ねぎ ごぼう 椎茸	ごはん ジャガイモ シチュールウ 糸こんにゃく	サラダ油 ごま 砂糖
19 火	 かむかむDAY とり天 昆布きゃべつ・豚汁	鶏ささみ 豚肉 油あげ 味噌	牛乳 塩昆布 だし(かつお)	人参 ねぎ	生姜 にんにく きゃべつ 胡瓜 大根 ごぼう 白菜	ごはん 天ぷら粉	マヨネーズ サラダ油 ごま
20 祝	 春分の日						
21 木	 イタリアンスパゲティ ツナサラダ コーンチーズマフィン	鶏肉 ツナ 卵	牛乳 チーズ	人参 ビーマン コーン缶	玉ねぎ トマト缶 きゃべつ 胡瓜	スパゲティ 小麦粉	マヨネーズ 砂糖 バター サラダ油
22 金	 中華風混ぜご飯 揚げ餃子 かき玉きのこスープ	焼き豚 卵	牛乳 青梗菜	ねぎ 人参	筍 椎茸 えのき	ごはん 餃子 片栗粉	ごま油 サラダ油

◆ 食材の都合により献立を変更することがあります。ご了承ください。