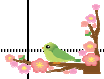



[3月献立予定表]

2024年 3月

1(中学校)

日	献立名	牛乳	赤の仲間血や肉になる		緑の仲間体の調子を整える		黄の仲間熱や力の元になる		その他	エネルギー 蛋白質 脂質 塩相当量
			1群 魚肉大豆 大豆製品	2群 牛乳 小魚海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 きのこ果実	5群 穀類いも類 三温糖	6群 油脂 種実		
1 金	ごはん		行事食：ひなまつり					米,		773 kcal
	ちらし寿司の具		鶏肉、(卵C) 油揚げ		人参	れんこん、ごぼう、椎茸、枝豆	三温糖 (でんぶん、砂糖)	油	酒、みりん、塩、酢、しょうゆ (かつおエキス、煮干しだし)	33.5 g
	鯖のあけほの焼き	○	さわら		人参		パン粉A	卵抜きマヨネーズ	酒、塩	25.4 g
	菜の花いりすまし汁		豆腐		なの花、人参	えのきたけ、玉ねぎ			塩、しょうゆ、昆布だし、かつお節	2.5 g
	ひなあられ						ひなあられ			
4 月	麦ごはん		Happy-にんじん				米、麦			893 kcal
	チキンカレー		鶏肉		人参、トマト	玉ねぎ、にんにく、しょうが	じゃがいも	油	ローレル、カレーチリソース、ケチャップ、ウスターソース	28.2 g
	大豆と豆腐のフライ	○	(豆腐、イトヨリのすり身、大豆)	(あおさ)	(人参)	(玉ねぎ、椎茸)	(パン粉A、米粉、砂糖)	油(油、ごま)	(塩、しょうゆ、かつお節エキス)	32.9 g
	海藻サラダ			海藻ミックス	人参	キャベツ、きゅうり、コーン		野菜いっぱいドレッシング	しょうゆ、塩	3.4 g
5 火	ごはん						米,			743 kcal
	さばのみりん漬け焼き		さば	郷土料理			三温糖		みりん、魚醤、塩、しょうゆ	32.0 g
	おから煮しめ	○	おから、豚肉、さつま揚げ		人参、ねぎ	はくさい、椎茸	三温糖	油	みりん、しょうゆ	22.4 g
	貝だくさん味噌汁		豆腐、みそ	わかめ	ほうれんそう、人参	えのきたけ	じゃがいも	ごま	煮干しだし	2.2 g
6 水	ごはん						米,			820 kcal
	白ごまつくねのあんかけ		(鶏肉、鶏肉レバー)			(玉ねぎ、しょうが)	三温糖、でんぶん (ごま、パン粉A、でんぶん、砂糖)		ケチャップ、しょうゆ、酢 (塩、こしょう)	37.3 g
	中華サラダ	○	ロースハム		人参	もやし、きゅうり	三温糖	ごま油	酢、しょうゆ、塩	24.9 g
	八宝菜		豚肉、いか、えび、うずら卵C		人参、絹さや	玉ねぎ、たけのこ、キャベツ、椎茸	三温糖、でんぶん	ごま油、油	こしょう、酒、とりがら、しょうゆ、オイスターソース	2.6 g
7 木	黒米ごはん		卒業お祝い給食				米、黒米			830 kcal
	焼肉		牛肉、みそ			玉ねぎ、しょうが、にんにく	三温糖、でんぶん	ごま油	酒、みりん、しょうゆ、トウバンジャン、りんごピューレ	32.7 g
	春キャベツとパプリカのサラダ	○	ロースハム		パプリカ	きゅうり、キャベツ	三温糖	オリーブ油	酢、塩、こしょう	28.9 g
	花麩のすまし汁		豆腐	わかめ	人参	はくさい、玉ねぎ、えのきたけ、ねぎ	麩A		塩、しょうゆ、かつお節、昆布だし	2.4 g
	お祝いデザート						クレープ			
8 金	🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸 中学校卒業式 🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸									
11 月	ごはん						米,			752 kcal
	厚焼卵		<卵C>				(砂糖、でんぶん)	(油)	(塩、かつおだしエキス)	28.4 g
	梅ひじきふりかけ	○		ひじき、きざみどり		梅	三温糖	ごま	しょうゆ、みりん	19.4 g
じゃがいものそぼろ煮		鶏肉、さつま揚げ		人参、いんげん	玉ねぎ	じゃがいも、こんにゃく、三温糖	油	みりん、酒、しょうゆ、かつお節	2.3 g	

【加工食品に含まれるアレルギー物質となる特定原材料の使用状況】
 * 該当食品の右横に表示 A:小麦 B:そば C:卵 D:乳・乳製品 E:落花生 F:えび、かに
 ※調味料及びコンタミ等によるものについてはこれまで通り表示していませんので、食物アレルギー等で詳しい資料が必要な方は学校へお申し出ください。
 ※コンタミとは、食品を製造する際に、原材料としては使用していないにも関わらず特定の原材料などが、製造過程の中で混入してしまう可能性があることです。
 ★しらす干しは、カニ、エビ、イカ等が混ざる漁法で採取されていますので混入の可能性があります。

1年間どのような食生活を送りましたか?


- 毎日、朝ごはんを食べましたか?
- 食事はよくかんで食べましたか?
- 感謝して食べることができましたか?
- 一日3食、きちんと食べましたか?
- 「ながら食べ」をしませんでしたか?
- 食事の準備や後片付けがしっかりとできましたか?
- 好き嫌い、食べず嫌いはありませんでしたか?
- 食事のマナーを守って食べることができましたか?
- 家族や友だちと楽しく食べられましたか?



[3月献立予定表]

2024年 3月

2(中学校)

日	献立名	牛乳	赤の仲間血や肉になる		緑の仲間の調子を整える		黄の仲間熱や力の元になる		その他	エネルギー 蛋白質 脂質 塩相当量	
			1群 魚肉大豆 大豆製品	2群 牛乳 小魚海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 きのこ果実	5群 穀類いも類 三温糖	6群 油脂 種実			
12 火	ごはん			<牛乳D>				米		742 kcal	
	鯖の味噌だれかけ	さば,みそ				しょうが		三温糖	油,ごま	32.3 g	
	おかつ和え	かつお節			人参,ほうれんそう	もやし,キャベツ		三温糖		24.1 g	
	のっぺい汁	鶏肉,豆腐,油揚げ			人参,ねぎ	たいこん,ごぼう,椎茸		さといも,こんにゃく, でんぶん		かつお節,昆布だし,みりん, 酒,しょうゆ	1.9 g
13 水	ごはん			<牛乳D>				米		760 kcal	
	ぎょうざ	(豚肉)				(キャベツ,白菜,生姜 にんにく,玉ねぎ)		(小麦粉A,でんぶん 砂糖)	(ごま油)	(塩,しょうゆ,魚介エキス)	29.6 g
	豚肉とピーマンのオイスターソース	豚肉			人参,ピーマン	たけのこ,玉ねぎ,しょうが,にんにく		三温糖,でんぶん	ごま油	しょうゆ,酒,オイスターソース	21.8 g
	中華スープ	焼き豚ACD			人参,チンゲン菜	玉ねぎ,コーン, クリームコーン			ごま油	塩,こしょう,しょうゆ,とりから	2.2 g
14 木	ごはん			<牛乳D>				米		835 kcal	
	揚げ鶏の甘酢あん				佐賀県学校給食大会 自由部門 優秀賞受賞献立						
	小松菜のアーモンド和え	鶏肉 油揚げ			パプリカ こまつな,人参	玉ねぎ,椎茸,しょうが もやし		でんぶん,三温糖	油,ごま油	塩,酒,酢,しょうゆ,ケチャップ, ウスターソース	30.8 g
	伊万里たっぷり味噌汁	厚揚げ,みそ			人参,みず菜	玉ねぎ,だいこん, ごぼう		三温糖	アーモンド*	しょうゆ,塩	2.1 g
15 金	クロワッサン			<牛乳D>				クロワッサンACD		924 kcal	
	手作りハンバーグ	牛肉,豚肉,卵C				玉ねぎ,にんにく		パン粉A,三温糖		塩,こしょう,ケチャップ,ウスターソース	35.5 g
	スパゲティサラダ	まぐろ水煮				きゅうり,キャベツ, コーン		スパゲティA	卵抜きマヨネーズ	塩,こしょう	54.2 g
	ほうれん草のクリームスープ	ベーコン, いんげん* *ト	牛乳D,脱脂粉乳D		人参,ほうれんそう	玉ねぎ,しめじ		じゃがいも	油	ホワイトルー,塩,こしょう	3.5 g
18 月	ごはん			<牛乳D>				米		760 kcal	
	鯖フライ	(鯖)			大坪小 5年生おすすみそ汁			(パン粉A 小麦粉A)	油	(塩)	28.3 g
	アスパラとささみのごま和え	鶏肉			人参,アスパラガス	きゅうり		三温糖	ごま	しょうゆ,塩	22.9 g
	ベーコン春雨味噌豆乳スープ	みそ,豆乳,ベーコン			チンゲン菜,人参	玉ねぎ,しめじ		春雨		煮干しだし	2.2 g
19 火	ごはん			<牛乳D>				米		735 kcal	
	豚肉のしょうが炒め	豚肉			郷土料理			三温糖,でんぶん	油	酒,みりん,しょうゆ	32.3 g
	切り干し大根の含め煮	油揚げ,さつま揚げ			人参,いんげん	切干大根,椎茸		ごんにゃく,三温糖	油,ごま油	酒,みりん,しょうゆ	18.8 g
	はんぺん汁	はんぺんA	わかめ		人参,ねぎ	玉ねぎ,たけのこ えのきたけ				塩,しょうゆ,かつお節,昆布だし	2.8 g
21 木	麦ごはん			<牛乳D>				米,麦		894 kcal	
	タコライス ^{の具}	牛肉,豚肉	ヨーグルトD,チーズD	トマト		玉ねぎ			油	カレー粉,野菜ブイヨン, チリパウダー	37.0 g
	ポテトサラダ	ローソク	ハッピーにんじん		人参	きゅうり		じゃがいも	卵抜きマヨネーズ	りんご酢,こしょう,塩	35.0 g
	卵スープ	卵C,豆腐	もずく		人参	玉ねぎ,えのきたけ		でんぶん	ごま油	酒,塩,こしょう,とりから,しょうゆ	2.6 g

佐賀県学校給食大会 自由部門 優秀賞受賞献立

「学校給食関係者等が一堂に会し学校給食への理解を深め、その充実を図ることにより、子供たちの心身の健全な発達に資するとともに食育の推進を図る」ことを趣旨とし、昨年12月25日、佐賀県学校給食大会が開催されました。

その中で伊万里給食センターの献立が「自由部門 優秀賞」をいただきました。

審査の基準として、①食味のバランスが考慮されていること。②色彩的なバランスが考慮されていること。③食べやすさ、美しさなど盛り付け時の考慮がされていること。④普及性に富み、工夫された献立であること。⑤創造性に富み、工夫された献立であること。

④献立作成にあたっての考察、食に関する指導の視点。

以上の審査基準を採点方式で審査いただき、最優秀賞につく賞の獲得となりました。

県内でもトップクラスの大規模な給食センターにおいて、「だし」をしっかりすることで調味料を極限まで減らし、素材の「旨み」を味わえるように大量調理の長所をいかした献立づくりをされてきた栄養教諭の先生方、忠実かつ安全安心な給食作りに精進してくださる調理員の方々、旬の食材を納品くださる業者の方々。しっかり残さず食べるように指導くださる先生方、会うと必ず「給食おいしいよ」と声をかけてくれる児童生徒のみなさん。

全部が一体化しての優秀賞だったのではないのでしょうか。

3月14日(木)の献立は受賞作品を提供する予定です。

「ふるさと伊万里」の詰まった給食をあげてください。