

令和6年度 3月

献立表

中学校用 熊取町教育委員会

日・曜	11日(火)	12日(木)	13日(木)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	21日(金)
献立名	小型パン 中華そば キムチ炒め 飲むヨーグルト(コアコア)	ごはん かきたま汁 豚肉の甘辛煮 牛乳	コッペパン マカロニスープ ポテトソテー 牛乳 お祝いケーキ	ごはん 豚汁 和風ハンバーグ 牛乳	新メニュー コッペパン 野菜スープ 鶏肉のオープン焼き 牛乳	ごはん すきやき風煮 ソテー 飲むヨーグルト(コアコア)	中華風炊き込みごはん ワンタンスープ 肉まん 牛乳
材料名および 三色栄養	小型パン	精白米	コッペパン	精白米	コッペパン	精白米	精白米
	中華麺	卵	鶏肉	豚肉	ベーコン	豚肉	中華風炊き込みごはんの素
	豚肉	玉ねぎ	シェルマカロニ	さつまいも	じゃが芋	白菜	豚肉
	白菜	人参	玉ねぎ	玉ねぎ	玉ねぎ	人参	ワンタンの皮
	もやし	えのき茸	キャベツ	人参	人参	人参	白菜
	人参	青ねぎ	人参	もやし	人参	焼き豆腐	人参
筍	片栗粉	うす口醤油	ごぼう	うす口醤油	糸こんにゃく	ニラ	
青ねぎ	うす口醤油	塩	青ねぎ	塩	麩	うす口醤油	
うす口醤油	塩	胡椒	赤味噌	胡椒	砂糖	塩	
塩	けずりぶし	鶏がら	白みそ	鶏がら	こい口醤油	胡椒	
胡椒	だし昆布	スープ	けずりぶし	スープ	酒	鶏がら	
鶏がら	だし汁	ベーコン	だし汁	鶏肉	けずりぶし	豚骨	
豚骨	豚肉	じゃが芋	チキンハンバーグ	にんにく	だし汁	スープ	
スープ	ちくわ	パセリ	土生姜	こい口醤油	ベーコン	肉まん	
鶏肉	こんにゃく	サラダ油	砂糖	酒	キャベツ	牛乳	
玉ねぎ	土生姜	塩	こい口醤油	塩	人参		
キムチ	サラダ油	胡椒	みりん	胡椒	ホールコーン		
人参	砂糖	牛乳	けずりぶし	牛乳	サラダ油		
ニラ	こい口醤油	お祝いケーキ	だし汁		塩		
にんにく	牛乳		牛乳		胡椒		
サラダ油					飲むヨーグルト(コアコア)		
こい口醤油							
塩							
胡椒							
飲むヨーグルト(コアコア)							
エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質	エネルギー/たんぱく質/脂質
中学	591kcal 25.4g 12.0g	676kcal 30.4g 19.8g	741kcal 26.5g 26.7g	758kcal 29.4g 21.7g	624kcal 37.0g 18.7g	729kcal 37.2g 14.5g	713kcal 23.5g 16.5g

赤:赤色の食品・・・体をつくるもとになるもの 黄:黄色の食品・・・熱や力になるもの 緑:緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの

★都合により、献立が一部変更になる場合があります。

★(は)マーク献立は、噛み応えのある食材を使用しています。よく噛んで食べましょう。

★給食のエネルギー量は文部科学省「日本食品 標準成分表八訂」に基づいて算出しています。



	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
基準栄養量	830	34.2	23.1
今月平均栄養量	721	31.7	20.3

