

平成29年3月 給食献立表

| 日 | 曜日 | 献立名 | 栄養価 | 使っている主な材料 | | |
|----|----|------|------------------------------|-----------|-------|-------|
| | | | | 赤色の食品 | 緑色の食品 | 黄色の食品 |
| 1 | 木 | 期末考査 | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 2 | 金 | 生徒臨休 | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 3 | 土 | 生徒臨休 | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 4 | 日 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 5 | 月 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 6 | 火 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 7 | 水 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 8 | 木 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 9 | 金 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 10 | 土 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |

| 日 | 曜日 | 献立名 | 栄養価 | 使っている主な材料 | | |
|----|----|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|
| | | | | 赤色の食品 | 緑色の食品 | 黄色の食品 |
| 11 | 日 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 12 | 月 | ごはん 牛肉コロッケ 煮浸し 味噌汁 グレープフルーツ 牛乳 | I補給 - 786kcal 蛋白質 24.8g 脂質 18.5g 加ゆみ 295mg 食塩 2.8g | 焼きちくわ 豆腐,わかめ,白味噌 牛乳 | はくさい,ほうれん草,人参 大根,人参 グレープフルーツ | 国産BL無洗米 牛肉コロッケ,大豆白絞油 サラダ油,さとう |
| 13 | 火 | 黒糖パン 鶏と麦のスープ さつま芋サラダ オムレツ リンゴ 牛乳 | I補給 - 811kcal 蛋白質 22.4g 脂質 26.3g 加ゆみ 329mg 食塩 3.4g | 鶏肉 オムレツ 牛乳 | はくさい,大根,人参 きゅうり,人参 リンゴ | 黒糖ロール 白麦,サラダ油 さつま芋,マヨドレ |
| 14 | 水 | 赤飯 プリの照り焼き 磯和え すまし汁 プリン ショア | I補給 - 710kcal 蛋白質 29g 脂質 15.9g 加ゆみ 468mg 食塩 2.8g | 小豆 プリ のり 錦糸卵,わかめ プリン ショア | はくさい,ほうれん草,人参 大根,人参 | 国産BL無洗米,もち米 さとう,片栗粉 さとう |
| 15 | 木 | 卒業式 | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 16 | 金 | 生徒臨休 | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 17 | 土 | 生徒臨休 | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 18 | 日 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 19 | 月 | 終業式 | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 20 | 火 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |

| 日 | 曜日 | 献立名 | 栄養価 | 使っている主な材料 | | |
|----|----|-----|------------------------------|-----------|-------|-------|
| | | | | 赤色の食品 | 緑色の食品 | 黄色の食品 |
| 21 | 水 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 22 | 木 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 23 | 金 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 24 | 土 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 25 | 日 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 26 | 月 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 27 | 火 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 28 | 水 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 29 | 木 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 30 | 金 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |
| 31 | 土 | | I補給 - 蛋白質 脂質 加ゆみ 食塩 | | | |

- ◆ 材料のつごうにより、内容を多少変更する場合がありますのでご了承ください。
- ◆ 赤はからだをつくる食品、緑はからだの調子をととのえる食品、黄はからだを動かすエネルギーのもとになる食品です。