



令和5年3月学校給食献立表

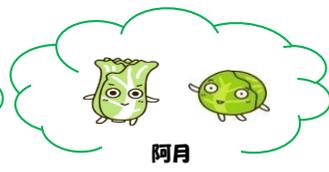
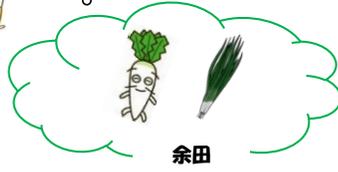


柳井市立学校給食センター TEL(0820)22-1312

日曜	こんだて	あか					みどり		おもなざいりょう		きいろ		エネルギー kcal	食塩相当量 (g) 上段:小 下段:中
		おもにからだをつくる					おもにからだの調子をととのえる		おもにエネルギーのもとになる		たんぱく質	たんぱく質		
		たんぱく質					カルテン		ビタミンC					
1	水	むぎごはん	うまに きりぼしだいこんのごまいため いよかん	とりにく うずらたまご	なまあげ	にんじん さやいんげん	れんこん	じゃがいも こんにやく さとう	★こめ	むぎ	651	765	1.5	
2	木	ちらしずし	ひなまつりこんだて さけのゆであんやき なのはなのごまあえ やさいつみれじる さくらもち	さけ		にんじん なののはな	キャベツ	さとう	★こめ	むぎ さとう	698	850	3.4	
3	金	むぎごはん	けんちょう	とりにく あぶらあげ とうふ さつまあげ		にんじん	★だいこん ★きくらげ	こんにやく さとう	★こめ	むぎ	626	742	2.1	
6	月	むぎごはん	やさいかレー かのごげんぶたヒレカツ いちご 2こ	ぎゅうにく だいず とうにゅう		にんじん	★はくさい ★だいこん りんご たまねぎ にんにく しょうが	じゃがいも カレールウ	★こめ	むぎ	717	814	1.7	
7	火	パンパン	ポテトカップグラタン しろいんげんまめのサラダ ラビオリスープ	ぶたにく		にんじん	★キャベツ とうもろこし	パンこ でんぷん あぶら	★こめ	むぎ	715	839	3.1	
8	水	むぎごはん	中学3年生卒業お祝い	ぎゅうにく とうふ うおそめんと わかめ		にんじん ねぎ	たまねぎ	こんにやく さとう	★こめ	むぎ	594	797	2.4	
9	木	むぎごはん	やさいのいそに とりにくのカレーあげ りんご	ぶたにく なまあげ		にんじん	ごぼう えだまめ	じゃがいも こんにやく さとう	★こめ	むぎ	703	—	1.3	
10	金	むぎごはん	まーぼーとうふ たけのことチンゲンサイのいたためもの	ぶたにく とうふ みそ		にんじん なら	★キャベツ たまねぎ しょうが しいたけ にんにく	さとう でんぷん	★こめ	むぎ	599	707	2.0	
13	月	むぎごはん	けんさんあつやきたまご きりぼしだいこんのあまざる あえ はくさいとうふのみそしる	たまご		にんじん こまつな	きりぼしだいこん	さとう でんぷん	★こめ	むぎ	602	695	2.2	
14	火	まるパン	セルファンパーガー	とりにく		にんじん ほうれんそう	たまねぎ もやし	こむぎこ こめこ とうもろこし さとう	★こめ	むぎ	694	795	2.8	
15	水	むぎごはん	あげぎょうざ ゆでブロッコリー たんたんスープ	ぶたにく とうふ みそ		にんじん チンゲンサイ	もやし たけのこ しいたけ しょうが	パンこ こむぎこ でんぷん さとう	★こめ	むぎ	658	813	1.6	
16	木	カレーピラフ	小学6年生卒業お祝い	とりにく		にんじん ほうれんそう	たまねぎ しめじ	じゃがいも こむぎこ	★こめ	むぎ	631	702	1.8	
17	金	むぎごはん	じゃがいものそぼろに にんじやいため りんご	とりにく なまあげ ちくわ		にんじん	たまねぎ えだまめ	じゃがいも こんにやく さとう	★こめ	むぎ	—	726	—	
20	月	むぎごはん	おひがこんだて	とりにく		にんじん	たまねぎ えだまめ	じゃがいも こんにやく さとう	★こめ	むぎ	—	27.9	1.6	
22	水	むぎごはん	さばのてりやき やさいのりずあえ じゃがいものみそしる	とりにく		にんじん	たまねぎ えのきたけ	さとう でんぷん	★こめ	むぎ	664	767	1.3	
23	木	むぎごはん	ユーリンチー	とりにく		にんじん	たまねぎ えだまめ	じゃがいも こんにやく さとう	★こめ	むぎ	664	767	1.3	
			はっぼうさい	ぶたにく いか うずらたまご		にんじん チンゲンサイ	★キャベツ たまねぎ たけのこ ★きくらげ しょうが	さとう でんぷん	★こめ	むぎ	731	827	1.8	
			きよみオレンジ				きよみオレンジ		★こめ	むぎ	30.9	34.8	2.2	

※材料の都合により、献立を変更することがあります。

ぶちおいしい! 今月の柳井のやさい



山口県産の米、大豆、パン、うどんなどは、JAグループや山口県から補助をいただいています。

○柳井市でとれたおいしい食材を使っています!

- ・材料の太字は山口県産、★は柳井市産です。
- ・米は柳井市産の「きぬむすめ」を使用しています。
- ・山口県産とうふの大豆は「サチユタカ」を使用します。
- ・米粉パンの小麦粉は、「せとくらら」という小麦から作られます。

※パンの給食日変更のお知らせ

来年度(令和5年4月)から「パンの日」が火曜日から水曜日に変わります。