3月分詳細献立　　パン加工食品等の規格書配合表は学期（★）月ごと（●）の物資で確認できます。

2025年03月03日　月曜日

献立名／食品名
【鯛のから揚げ】
・まだい切り身
・清酒
・しょうゆ
・でんぷん
・白絞油
【菜の花の煮びたし】
・なばな
・もやし
・油揚げ
・上白糖
・しょうゆ
・かつお節糸削り
【絹さやと卵の炒め物】
・さやえんどう
・キャベツ
★炒り卵
・サラダ油
・食塩
・こしょう
【うどのきんぴら】
・ごぼう
・にんじん
・うど
・酢
・つきこんにゃく
・上白糖
・しょうゆ
・本みりん
・ごま油
・煎り白ごま
【みそ汁】
・豆腐
・じゃがいも
・にんじん
・こまつな
・長ねぎ
・白みそ
・かつおだしパック
・水
【桃の杏仁豆腐】
●桃の杏仁豆腐
【赤米ごはん】
・精白米
・赤米
・水
【牛乳】
・牛乳（飲用）

2025年03月04日　火曜日

献立名／食品名
【玉ねぎコロッケ】
●玉ねぎコロッケ
・白絞油
【マカロニサラダ】
・ツイストマカロニ
・塩(ゆで用)
・キャベツ
・にんじん
・きゅうり
★ハム
・食塩
・こしょう
・オリーブ油
【青菜の肉みそ】
・こまつな
・豚もも挽き肉
・サラダ油
・しょうゆ
・赤みそ
・上白糖
・でんぷん
・水
【かぼちゃの塩バター】
・かぼちゃ
・バター
・食塩
【小袋アーモンド】
・小袋アーモンド
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳（飲用）

2025年03月05日　水曜日

献立名／食品名
【豆まめドライカレー】
・大豆水煮
・レンズまめ(乾)
・豚肩挽き肉
・玉葱
・にんじん
・ピーマン
・にんにく
・サラダ油
・ホールトマト缶詰
・カレー粉
★ウスターソース
・食塩
・こしょう
・小麦粉
【小松菜ともやしのソテー】
・もやし
・こまつな
・ホールコーン
★ハム
・サラダ油
・食塩
・こしょう
【アーモンドポテトドック】
・じゃがいも
●ドッグ用米粉
・粉末アーモンド
・食塩
・水
・白絞油
【ﾌﾞﾛｯｺﾘｰと貝柱のｽｰﾌﾟ】
・ブロッコリー
・はくさい
・まいたけ
・ほたてがい貝柱
・しょうゆ
・食塩
・こしょう
・鶏ガラパック（だし用）
・スープ
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳（飲用）

2025年03月06日　木曜日

献立名／食品名
【めひかりのから揚げ】
・めひかり
・清酒
・しょうゆ
・でんぷん
・白絞油
【にんじんしりしり】
・にんじん
・まぐろ油漬
・かつお節糸削り
・食塩
・しょうゆ
・サラダ油
【親子煮】
・鶏モモ皮なし小間切
★炒り卵
・にんじん
・玉葱
・上白糖
・しょうゆ
・かつおだし
・でんぷん
・水
【五目炒め】
・いか短冊切り
・むきえび
・清酒
・きくらげ
・にんじん
・たけのこ
・ブロッコリー
・にんにく
・長ねぎ
・ごま油
・しょうゆ
・食塩
・こしょう
・でんぷん
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳（飲用）

2025年03月07日　金曜日

献立名／食品名
【ポークケチャップ】
・豚もも切り身
・清酒
・しょうゆ
●アップルソース
・玉葱
・古根しょうが
・にんにく
・しょうゆ
・清酒
・上白糖
・酢
★トマトケチャップ
・トマトピューレ
【ペペロンチーノ】
・スパゲティ
・塩(ゆで用)
・まぐろ油漬
・ほうれんそう
・にんにく
・たかのつめ
・オリーブ油
・食塩
・こしょう
【コールスローサラダ】
・キャベツ
・きゅうり
・ホールコーン
★ハム
★マヨネーズ
・レモン果汁
・しょうゆ
・上白糖
【大根ときのこのソテー】
・まいたけ
・エリンギ
・だいこん
★ベーコン
・バター
・食塩
・こしょう
・しょうゆ
【フルーツあえ】
・白桃缶
・黄桃缶
・みかん缶
・パイン缶
【ロールパン】
●ロールパン
【牛乳】
・牛乳（飲用）

3月分詳細献立　　パン加工食品等の規格書配合表は学期（★）月ごと（●）の物資で確認できます。

2025年03月10日　月曜日

献立名／食品名
【鮭の塩焼き】
・さけ切り身
・食塩
・サラダ油(天板用)
【れんこんのきんぴら】
・れんこん
・にんじん
・ごま油
・上白糖
・しょうゆ
・食塩
・本みりん
【春雨サラダ】
・きゅうり
・緑豆はるさめ
★炒り卵
★ハム
・上白糖
・しょうゆ
・酢
・食塩
・ごま油
【じゃがいも塩昆布バター】
・皮付きポテト
・バター
●塩昆布
・白絞油
【わかめスープ】
・鶏モモ皮なし小間切
・わかめ
・豆腐
・えのきたけ
・にんじん
・煎り白ごま
・しょうゆ
・食塩
・こしょう
・鶏ガラパック（だし用）
・スープ
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳（飲用）

2025年03月11日　火曜日

献立名／食品名
【気仙沼のかつおフライ】
●かつおカツ
・白絞油
【ほうれん草の卵炒め】
・ほうれんそう
★炒り卵
・しょうゆ
・食塩
・こしょう
・サラダ油
【ひきな炒り】
・だいこん
・油揚げ
・にんじん
・ごま油
・本みりん
・上白糖
・しょうゆ
・かつおだし
・水
【里芋のそぼろ煮】
・さといも
・豚肩挽き肉
・古根しょうが
・サラダ油
・上白糖
・しょうゆ
・本みりん
・でんぷん
・かつおだし
・水
・グリンピース
【わかめごはん】
・アルファ化米
・わかめごはんのもと
・水
【牛乳】
・牛乳（飲用）

2025年03月12日　水曜日

献立名／食品名

2025年03月13日　木曜日

献立名／食品名
【豚キムチ】
・豚もも小間切
・にんにく
・清酒
・玉葱
●キムチ
・だいずもやし
・にら
・ごま油
・食塩
・しょうゆ
・本みりん
・上白糖
・でんぷん
【ｷｬﾍﾞﾂの甘酢あえ】
・キャベツ
・こまつな
・ごま油
・上白糖
・しょうゆ
・酢
【ナッツごぼう】
・ごぼう
・小麦粉
・大豆水煮
・白絞油
・あらびきアーモンド
・上白糖
・しょうゆ
・本みりん
・水
【かにあんかけ卵焼き】
●だし巻き卵
・かに水煮
・しょうゆ
・上白糖
・でんぷん
・古根しょうが
・かつおだし
・水
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳（飲用）

2025年03月14日　金曜日

献立名／食品名
【わかさぎフライ】
●わかさぎフライ
・白絞油
【ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとｶﾘﾌﾗﾜｰのソテー】
・ブロッコリー
・カリフラワー
・にんじん
・ホールコーン
・サラダ油
・こしょう
・食塩
【湘南ゴールド】
・湘南ゴールド
【ポテトサラダ】
・じゃがいも
・にんじん
・きゅうり
★ハム
・酢
・サラダ油
・食塩
・こしょう
★マヨネーズ
【野菜スープ】
・豚肩小間切肉
★ベーコン
・キャベツ
・にんじん
・パセリ
・しょうゆ
・食塩
・こしょう
・鶏ガラパック（だし用）
・スープ
【型抜きレアチーズ】
●型抜きレアチーズ
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳（飲用）

3月分詳細献立　　パン加工食品等の規格書配合表は学期（★）月ごと（●）の物資で確認できます。

2025年03月17日　月曜日

献立名／食品名
【油淋鶏】
・鶏モモ皮つき切身
・しょうゆ
・清酒
・でんぷん
・白絞油
・玉葱
・長ねぎ
・古根しょうが
・にんにく
・ごま油
・酢
・上白糖
・しょうゆ
・でんぷん
・水
【青菜のごまあえ】
・こまつな
・もやし
・食塩
・しょうゆ
・煎り白ごま
・煎り白すりごま
・上白糖
【ひじきの中華ソテー】
・ひじき
★ハム
・ごま油
・にんじん
・ホールコーン
・キャベツ
・しょうゆ
・上白糖
・食塩
・こしょう
★オイスターソース
【エビチリ】
・生むきえび
・清酒
・にんにく
・古根しょうが
・長ねぎ
・ごま油
★トウバンジャン
・上白糖
★トマトケチャップ
・酢
・食塩
・しょうゆ
・でんぷん
・水
【トマトスープ】
・玉葱
・にんじん
★ウィンナー
・オリーブ油
・ホールトマト缶詰
・食塩
・こしょう
・しょうゆ
・白ワイン
・鶏ガラパック（だし用）
・スープ
・ベイリーフ
【玄米ごはん】
・精白米
・発芽玄米
・水
【牛乳】
・牛乳（飲用）

2025年03月18日　火曜日

献立名／食品名
【カレイの照り焼き】
・かれい切り身
・古根しょうが
・しょうゆ
・清酒
・サラダ油(天板用)
・上白糖
・しょうゆ
・本みりん
・でんぷん
【切干大根のピリ辛炒め】
・切干大根
・豚もも細切り
・にんじん
・つきこんにゃく
★トウバンジャン
・上白糖
・しょうゆ
・本みりん
・ごま油
【揚げしゅうまい】
●ポークしゅうまい
・白絞油
【ｷｬﾍﾞﾂと生揚げのみそあえ】
・豚肩小間切肉
・しょうゆ
・清酒
・生揚げ
・キャベツ
・にんじん
・サラダ油
・赤みそ
・本みりん
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳（飲用）

2025年03月19日　水曜日

献立名／食品名
【バオバジ】
・豚もも挽き肉
・玉葱
・にんじん
・ホールトマト缶詰
・にんにく
・古根しょうが
・サラダ油
・カレー粉
・食塩
・こしょう
★とんかつソース
・じゃがいも
・バター
・牛乳
・レモン果汁
・小麦粉
【にんじんとｱｰﾓﾝﾄﾞのサラダ】
・細切アーモンド
・キャベツ
・にんじん
★ハム
・ホールコーン
・サラダ油
・酢
・しょうゆ
・食塩
・こしょう
・上白糖
【いかのパコラ風】
・いか短冊切り
・小麦粉
・カレー粉
・食塩
・ガーリックパウダー
・こしょう
・水
・白絞油
【レンズ豆のスープ】
・鶏モモ皮つき小間切肉
★ベーコン
・玉葱
・にんじん
・パセリ
・レンズまめ(乾)
・しょうゆ
・食塩
・こしょう
・鶏ガラパック（だし用）
・スープ
【ナン】
●ナン
【牛乳】
・牛乳（飲用）

2025年03月20日　木曜日

献立名／食品名

2025年03月21日　金曜日

献立名／食品名
【鰆のごまみそ焼き】
・さわら切り身
・清酒
・赤みそ
・しょうゆ
・本みりん
・ごま油
・ねりごま
・煎り白ごま
・水
【きゅうりとわかめの酢の物】
・きゅうり
・キャベツ
・わかめ
・食塩
・ごま油
・上白糖
・しょうゆ
・酢
【花がんもの煮つけ】
●花がんも
・にんじん
・上白糖
・しょうゆ
・本みりん
・かつおだし
・水
・さやえんどう
【せとか】
・せとか
【沢煮椀】
・豚もも細切り
・ごぼう
・にんじん
・えのきたけ
・だいこん
・万能ねぎ
・しょうゆ
・食塩
・清酒
・けずり節（だしパック）
・こんぶ（だし用）
・だし汁
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳（飲用）

3月分詳細献立　　パン加工食品等の規格書配合表は学期（★）月ごと（●）の物資で確認できます。

2025年03月24日　月曜日	2025年03月25日　火曜日	2025年03月26日　水曜日	2025年03月27日　木曜日	2025年03月28日　金曜日
献立名／食品名	献立名／食品名	献立名／食品名	献立名／食品名	献立名／食品名
【ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞﾃﾞﾐｸﾞﾗｿｰｽ】				
●ハンバーグ				
・サラダ油(天板用)				
・玉葱				
・にんにく				
・マッシュルーム水煮				
・サラダ油				
●デミグラスソース				
★ウスターソース				
★トマトケチャップ				
・食塩				
・こしょう				
・水				
【エビフライ】				
●えびフライ				
・白絞油				
【レモンドレッシングｻﾗﾀﾞ】				
・キャベツ				
・にんじん				
・きゅうり				
★ハム				
・サラダ油				
・酢				
・レモン果汁				
・食塩				
・こしょう				
【ブロッコリーのマヨおかか】				
・ブロッコリー				
★焼きちくわ				
・しょうゆ				
★マヨネーズ				
・かつお節糸削り				
【ヨーグルトポンチ】				
・黄桃缶				
・みかん缶				
・パイン缶				
●調理用ヨーグルト				
【麦ごはん】				
・精白米				
・米粒麦				
・水				
【牛乳】				
・牛乳（飲用）				