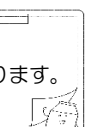


3月 予定こんだて表

*この献立表は由布市の基本献立です。
*都合により献立や食材を変更する場合があります。ご了承ください。

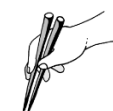
月	火	水	木	金
3 桃の節句給食 鮭菜めし 三色つみれ汁 れんこんたまご焼き ももタルト	4 大分県無償提供 ごはん おおいた和牛の ハヤシライス フルーツポンチ	5 きなこ揚げパン 野菜のスープ煮 きのこの照り焼き ハンバーグ	6 ゆふっこ給食 ごはん 里芋と小松菜のみそ汁 トリニータ井 ★お祝いケーキ(中学校)	7 中学校卒業式 ごはん 白菜と鶏肉のごぼう汁 鮭のみそマヨ焼き
ぎゅうにゅう とうふ たまご(とりにく) (さけ) (さかなずみ) (とうにゅう) ごはん (さとう ごま) (でんぶん) (こめこ) たまねぎ だんじん しいたけ じゃが ねぎ (れんこん ほうれんそう) (とうもろこし) (あおな) (もも)	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ごはん ハヤシウ (ゼリー) たまねぎ だんじん マッシュルーム にんにく ナタデココ バイン みかん おうとう トマト	ぎゅうにゅう きなこ ウインナー (ぶたにく とりにく) コッペパン じゃがいも さとう グラ ニューとう でんぶん たまねぎ だんじん マッシュルーム しめじ キャベツ (たまねぎ)	ぎゅうにゅう あぶらあげ とうふ み そ とりにく (とうにゅう) ごはん さいいも でんぶん さとう (こめこ) あぶら にんじん たまねぎ しいたけ じゃが しろねぎ こまつな (いちご)	ぎゅうにゅう とりにく とうふ さけ みそ ごはん エッグテアマヨネーズ さとう あぶら ごぼう こんにゃく にんじん ねぎ えのき たまねぎ
10 ゆかりごはん 五目うどん キャベツの しそひじき和え	11 ごはん 水餃子のスープ えびのチリソース アップルコンポート	12 りんごパン 豆乳クリームシチュー イタリアンサラダ	13 ごはん かいたまスープ チャプチェ 白桃ゼリー	14 ごはん 里芋と大根の ごまみそ煮 いわしのおかか煮
ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ わ かめ (ひじき) ごはん うどん さとう ごま しいたけ にんじん たまねぎ ねぎ きゅうり キャベツ りんご (しそ)	ぎゅうにゅう えび (ぶたにく とりに く) ごはん さとう ごまあぶら (こむ ぎこ でんぶん) にんじん もやし きくらげ キャベツ じゃが にんにく しょうが りんご	ぎゅうにゅう とりにく ウインナー とうにゅう コッペパン こめこ ドレッシング さつまいも たまねぎ マッシュルーム にんじん えだまめ コーン カリフラワー ブロッ コリー パプリカ (りんご)	ぎゅうにゅう ベーコン とうふ たま ご ぶたにく (たら ほき) ごはん パンこ さとう ごまあぶら りよくとうはるさめ たまねぎ えのき こまつな しょうが にんにく にんじん じゃが (はくとう)	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ みそ いわし ごはん さとう さいいも ごま (で んぶん) こんにゃく たまねぎ にんじん だい いこん れんこん しめじ さいやん げん
17 ごはん すき焼き もやしのしょうが酢和え ★お祝いケーキ(幼稚園)	18 幼稚園卒園式 ごはん ポークカレー コールスローサラダ ★お祝いケーキ(小学校)	19 小学校卒業式 米粉パン 肉団子と白菜のスープ チキンのバーベキューソース ★お祝いケーキ(石城・川西小)	20 春分の日 	21 石城・川西小卒業式 ごはん 八宝菜 ポーク焼売
ぎゅうにゅう ぎゅうにく (とうにゅう) ごはん さとう マロニー ごま (こ めこ) こんにゃく たまねぎ だんじん だい いこん はくさい しろねぎ きゅうり もやし (いちご) しょうが	ぎゅうにゅう ぶたにく ハム (とう にゅう) ごはん じゃがいも ドレッシング (こめこ) カレールウ にんにく たまねぎ にんじん えだまめ キャベツ きゅうり コーン (いちご)	ぎゅうにゅう とりにく (とりにく) (とうにゅう) こめこパン あぶら さとう でんぶ ン (パンこ) (こめこ) にんじん たまねぎ しめじ はくさい じゃ しろねぎ にんにく しょうが りんご (に ら) (いちご)	ぎゅうにゅう ぶたにく いか うずら たまご ごはん でんぶん (パンこ) じゃが だんじん もやし たまねぎ にんじん たけのこ きくらげ キャ ベツ チンゲンサイ	
24 ごはん さつまいもの豚汁 あじのごまだれ焼き	25 ごはん ベーコンと 荳わかめのスープ ビビンバ	26 修了式 (給食はありません) 	毎日、 牛乳はあります。 	こんげつ 今月の 由布市の食材 こめ しろねぎ だいこん ニラ しいたけ ねぎ パプリカ
ぎゅうにゅう ぶたにく あぶらあげ みそ あじ ごはん さつまいも さとう ごま こんにゃく ごぼう にんじん だい こん しいたけ ねぎ	ぎゅうにゅう ベーコン とうふ く かわめ ぎゅうにく ごはん さとう ごま たまねぎ だんじん えのき じゃが ねぎ にんにく しいたけ たけのこ じゃ がらび チンゲンサイ もやし	主にからだをつくる 主にエネルギーになる 主にからだの調子を整える		

令和6年度 由布市学校給食センター

1年間の食生活を振り返ろう

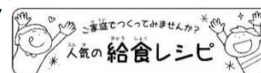
今年度も残りわずかとなりました。みなさんは学校や家で、どのような食生活を

送っていましたか? 1年間の振り返り、できたことに○をつけましょう。

しょくじのまえに てあらいをきちんと おこなった。 ☐ 	まいにち あさごはんを しっかりと たべた。 ☐ 	「いただきます」 「ごちそうさま」の あいさつをきちんとした。 ☐ 
なんでも よくかんでたべた。 ☐ 	すききらいせず にながてな たべものにもチャレンジした。 ☐ 	はしを たくしく つかうことができた。 ☐ 

いくつチェックができましたか? できなかったことは、少しずつ意識していきましょう。

ご家庭でも一緒に取り組んでいただけると、ありがたいです。



《トリニータ井》

【材料4人分】
 鶏もも肉(2cm角) 300g 塩、こしょう少々 酒 15g
 片栗粉 適量
 (タレ) 砂糖 20g 濃口醤油 25g みりん 18g
 ニラ(2cmカット) 40g

【作り方】

- ①鶏もも肉に塩、こしょうで下味をつける。
- ②片栗粉をまぶして揚げる。
- ③タレ調味料を加熱する。沸騰したら、ニラを入れる。
- ④②を③にからめて出来上がり。

※調味料は、比率を参考にして調整してください

保護者の皆様へ

今年1年間、学校給食へのご理解とご協力ありがとうございました。これからも、子どもたちの健やかな成長を願っています。 給食センター 職員一同

