



市公式HPに  
給食の写真を  
掲載中！

# 3月 予定献立表

[https://www.city.moriya.ibaraki.jp/kosodate\\_kyouiku/kyoiku/kyushoku/photo/index.html](https://www.city.moriya.ibaraki.jp/kosodate_kyouiku/kyoiku/kyushoku/photo/index.html)

Bブロック(高野小、守谷小、郷州小、松ヶ丘小、愛宕中、けやき台中) 守谷市立学校給食センター

日	曜	献立名	おもな材料						調味料他	エネルギー(kcal)			
			1群 魚・肉・卵 まめ・大豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 きのこ・果物・他	5群 穀類・いも類 さとう	6群 油脂 種実類		たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩(g)	
1	火	ごはん 牛乳	キーマカレー	ぶたにく だいず ひよこまめ		にんじん トマト	たまねぎ しょうが にんにく		あぶら	しょうゆ こしょう しお カレーコ カレールウ ケチャップ ワイン	715	871	
			ツナサラダ	まぐろ		にんじん	キャベツ とうもろこし	さとう	あぶら	す しお しょうゆ こしょう	26.0	30.5	
			いよかんゼリー				いよかん	さとう			18.9	21.1	
2	水	ごはん 牛乳	さけのコーンマヨネーズやき	さけ			とうもろこし		ノンエッグマヨネーズ	こしょう しお	720	812	
			ペンのたらこクリームソース	たらこ	クリーム ぎゅうにゅう		しめじ エリンギ にんにく	マカロニ でんぶ	バター	しお こしょう ローレル ワイン しょうゆ	29.3	32.4	
			やさしいスープ	とりにく		にんじん ほうれんそう	はくさい たまねぎ			しお こしょう コンソメ チキンブイヨン パセリ	33.3	35.5	
3	木	ごはん 牛乳	にらまんじゅう(小1個、中・先生2個)	ぶたにく だいず		にら	キャベツ にんにく ねぎ しょうが	こむぎこ さとう でんぶ	ラード あぶら	しお しょうゆ	618	823	
			ぶたにくとキャベツのキムチいため	ぶたにく		にんじん	キャベツ にんにく しょうが しょうが	さとう でんぶ	あぶら	さけ しょうゆ こしょう	23.7	29.3	
			わかめスープ	とりにく	わかめ	にんじん	えのきたけ ねぎ		ごまあぶら	しょうゆ チキンブイヨン ちゅうかだし しお こしょう	17.7	23.0	
4	金	ごはん 牛乳	ひなまつり献立 とりのたつたあげ	とりにく			しょうが	でんぶ	あぶら	しょうゆ みりん	705	845	
			なのはなのおひたし	とりにく		にんじん なのはな	もやし			しょうゆ かつおだし	35.7	40.6	
			えびだんごのうしおじる	なると えび たら とうふ		みずな	だいこん えのきたけ ねぎ	さとう でんぶ	あぶら	かつおだし さけ しお しょうゆ	19.0	20.5	
			ひなあられ	ゼラチン				こめ さとう			2.6	3.3	
7	月	ごはん 牛乳	さばのしおやき	さば						しお	675	838	
			ひじきとだいずのもの	だいず ちくわ あぶらあげ	ひじき	にんじん		さとう			しょうゆ みりん	27.6	32.8
			とんじる	ぶたにく とうふ みそ		にんじん	ごんにやく ごぼう だいこん ねぎ				かつおだし とうがらし	23.3	27.0
8	火	ごはん 牛乳	とりにくのレモンに	とりにく			レモン	でんぶ	あぶら	さけ しょうゆ みりん しお	731	883	
			きりぼしだいこんのもの	さつまあげ		にんじん	きりぼしだいこん しらたき えだまめ	さとう	あぶら	しょうゆ さけ かつおだし みりん	29.5	33.1	
			はくさいのみそしる	あぶらあげ みそ		にんじん こまつな	はくさい しめじ ねぎ			かつおだし	24.6	27.1	
9	水	まるパン 牛乳	ハンバーグたまねぎソース	とりにく だいず			たまねぎ	パンこ さとう こむぎこ	あぶら ラード	しょうゆ みりん	643	795	
			たまごのミモザサラダ	たまご まぐろ	ぎゅうにゅう	にんじん	キャベツ とうもろこし		あぶら ノンエッグマヨネーズ	す しお こしょう	28.8	35.0	
			トマトいりABCスープ	とりにく		トマト にんじん ブロッコリー	はくさい たまねぎ	マカロニ	オリーブオイル	しお こしょう コンソメ チキンブイヨン	28.7	34.8	
10	木	ごはん 牛乳	中学3年生 卒業お祝い献立 あじのなんばんづけ	あじ		あかパプリカ	たまねぎ	さとう でんぶ	あぶら	しょうゆ す	654	809	
			じゃがいものそばろに	ぶたひきにく		にんじん	たまねぎ グリンピース	しやかいも さとう でんぶ	あぶら	しょうゆ さけ みりん	27.9	33.5	
			すましじる	はんべん とうふ		みずな	だいこん えのきたけ ねぎ			かつおだし さけ しょうゆ しお	17.2	19.6	
			おいわいいちごゼリー(中学校のみ)				いちご クランベリー	さとう			1.9	2.5	
11	金	ごはん 牛乳	中学校は卒業式のため給食はありません とりつくね(小2個、先生3個)	とりにく ぶたにく			たまねぎ しょうが	さとう パンこ こむぎこ	あぶら ラード	しお しょうゆ ケチャップ	668	827	
			あつあげとやさいのちゅうかに	あつあげ ぶたにく		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ しょうが ねぎ ほししいたけ	でんぶ さとう	あぶら	さけ しょうゆ こしょう オイスターソース	26.1	30.6	
			いそあえ		のり	こまつな にんじん	もやし			しょうゆ かつおだし	18.7	21.1	
14	月	ごはん 牛乳	メンチカツ	ぶたにく			たまねぎ	さとう でんぶ パンこ こむぎこ	あぶら	しお こしょう ナツメグ	614	818	
			からしあえ			こまつな	キャベツ もやし			しょうゆ みりん かつおだし からし	23.0	30.9	
			はるにらのかきたま汁	たまご とうふ		にんじん にら	たまねぎ	でんぶ		さけ かつおだし しお しょうゆ	18.1	24.0	
15	火	ごはん 牛乳	さんまのかりんあげ	さんま				さとう でんぶ	あぶら	す しょうゆ みりん	709	811	
			いりどり	とりにく		にんじん さやえんどう	だいこん ごぼう たけのこ ほししいたけ	さとう	あぶら	かつおだし みりん さけ しょうゆ	27.6	31.8	
			はなふのみそしる	みそ		にんじん こまつな	たまねぎ えのきたけ	ふ		かつおだし	20.6	21.9	
16	水	くろパン 牛乳	小学6年生 卒業お祝い献立 オムレツ	たまご				でんぶ さとう	あぶら	しお す	670	812	
			はなやさいのマリネ	ハム		ブロッコリー	カリフラワー たまねぎ		ドレッシング		27.1	32.0	
			ビーフシチュー	ぎゅうにく		にんじん トマト アスパラガス	にんにく たまねぎ マッシュルーム	じゃがいも	あぶら	デミグラスソース こしょう しお ビーフシチュールウ ワイン	27.5	32.6	
			おいわいいちごゼリー(小学校のみ)				いちご クランベリー	さとう			2.9	3.6	
17	木	ごはん 牛乳	小学校は卒業式のため給食はありません とりつくね(3個)	とりにく ぶたにく			たまねぎ	さとう パンこ こむぎこ	あぶら	しお しょうゆ ケチャップ	668	827	
			あつあげとやさいのちゅうかに	あつあげ ぶたにく		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ しょうが ねぎ ほししいたけ	でんぶ さとう	あぶら	さけ しょうゆ こしょう オイスターソース	26.1	30.6	
			いそあえ		のり	こまつな にんじん	もやし			しょうゆ かつおだし	18.7	21.1	
18	金	ソフトめん 牛乳	みそラーメンスープ	ぶたにく なたとみそ		にんじん ほうれんそう	にんにく しょうが ねぎ もやし とうもろこし	あぶら	からスープ しょうゆ さけ ちゅうかだし トウバンジャン	655	902		
			えびしゅうまい(小2個、中・先生3個)	たら えび だいず			しょうが たまねぎ	こむぎこ さとう でんぶ	あぶら ラード	しお	24.7	31.3	
			ごぼうサラダ ごまドレッシングがけ				ごぼう きゅうり とうもろこし	さとう	ドレッシング	しょうゆ す	19.9	23.9	
22	火	ごはん 牛乳	ありがとう給食センター献立 わかさぎのからあげ (小2個、中・先生3個)		わかさぎ			でんぶ	あぶら		653	822	
			ぶたにくとだいこんのあまからに	ぶたにく		にんじん	しょうが だいこん グリンピース	さとう でんぶ	あぶら	さけ しょうゆ みりん	29.2	34.9	
			とりなべじる	とりにく とうふ		にんじん みずな	はくさい ごぼう ねぎ しらたき まいたけ			さけ しょうゆ しお みりん チキンブイヨン かつおだし	20.6	24.9	
23	水	米パン 牛乳	はるやさいのクリームシチュー	とりにく	クリーム ぎゅうにゅう	にんじん アスパラガス	たまねぎ カリフラワー	じゃがいも こむぎこ	バター あぶら	コンソメ しお こしょう	710	822	
			マカロニサラダ	まぐろ			たまねぎ キャベツ とうもろこし	マカロニ	あぶら ノンエッグマヨネーズ	す しお こしょう	29.6	33.6	
			でこぼん				でこぼん				30.0	34.2	



新給食センターイメージ

## 守谷市の給食センターが新しくなります！

令和4年4月、新しい給食センターから給食を提供します。新センター稼働に合わせて、小学校と中学校で献立を分け、食器や献立表も新しくなります。

これまで以上に、安全・安心でおいしい給食を提供できるよう努めますので



新食器イメージ