

☆こんげつのもくひょう☆  
1年の反省をしよう!

# 3月 こんだてひょう



平成30年3月献立表

太田市立休泊小学校

日	曜	こんだてめい		おもなざいりょうとはたらき						I補料 (-kcal)	【ひな祭りの食べ物】
				からだをつくる (あか)		からだのちょうしをとのえる (みどり)		ねつやちからになる (きいろ)			
		しゅしょくのみもの・デザート	おかず	1群 たんぱくしつ	2群 むぎしつ	3群 カロテン	4群 ビタミン	5群 たんすいいかぶつ	6群 しぼう	たんぱく(質)	
1	木	ちらしすし あられ	牛乳 あつやききたまご やまぶきあえ あさりのすまし汁	たまご・しらす とうふ あさり	ぎゅうにゅう わかめ	ほうれんそう にんじん みつば	えのき コーン しいたけ・だいこん	ごはん あられ	こめあぶら ごま	621 25.7 20.3	<p>3月3日は桃の節句、ひなまつりです。ひなまつりにちなんだ食べ物について紹介します。</p> <p>【ちらしすし】 なはなたい菜の花や鯛のでんぶ、えびなどをあしらいます。いろどりうつくおんなこ彩が美しく女の子のおひなまつり雛祭りにはぴったりです。</p> <p>【はまぐりのお吸い物】 おなじとしかがらが合わないことから「良い相手で結ばれますように」と願います。はまぐりからは上品な味のだしも取れます</p> <p>【白酒】 もち米やみりんで作るお酒です。子どもはアルコールのない甘酒やジュースで楽しみましょう。</p> <p>【ひしもち】 あかには魔よけ、白には清らかなさと長生き、緑には健康への願いが込められています。</p> <p>【ひなあれ】 もともとは、ひしもちを細かく砕いて作ったあられです。関東では甘いボン菓子になります。</p>
2	金	ココアあげパン (3-2食べたでしよう)	牛乳 ぶたにくのワインソースに やさいスープ フルーツヨーグルト (6-2食べたでしよう)	ぶたにく ひよこめ ベーコン	ぎゅうにゅう ヨーグルト	にんじん プロッコリー	みかん・パイナップル もも・たまねぎ りんご・マッシュルーム	パン さとう じゃがいも	ココア	686 29.0 24.4	
5	月	ごはん ふりかけ	牛乳 さわらのさいきょうやき きりほしだいこんのいために けんちんしる	さわら・あぶらあげ さつまあげ とうふ・みそ	ぎゅうにゅう	にんじん	だいこん しいたけ・こんにやく ごぼう・ねぎ	ごはん さとう	こめあぶら	640 24.2 20.6	
6	火	ごはん とうにゅうプリン (5-2食べたでしよう)	牛乳 はっばさい ごぼうサラダ	ぶたにく いか うずらのたまご	ぎゅうにゅう	にんじん	はくさい・たまねぎ ねぎ・きくらげ・ごぼう しょうが・きゅうり	とうにゅうプリン かたくりこ ドレッシング	こめあぶら ごま	647 24.3 22.6	
7	水	(6-3作成献立) デニシュパン ミルメーク	牛乳 てりやきチキン コーンサラダ みそラーメン	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん にら	もやし・きゃべつ ねぎ・しょうが・きゅうり にんにく・コーン	パン ちゅうかめん	こめあぶら	666 27.7 30.6	
8	木	むぎごはん	牛乳 カレー とんカツ いかくんサラダ	とりにく ぶたにく いか	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ・りんご・セロリ ブルーベリー・しょうが だいこん・きゅうり	むぎごはん じゃがいも さとう	こめあぶら	692 23.9 19.3	
9	金	(6-4作成献立) メロンパン ムースだいふく	小麦 ハンバーグ はるさめサラダ コーンクリームスープ	とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん パセリ	コーン・たまねぎ きゃべつ きゅうり	パン・さとう じゃがいも はるさめ	バター こめあぶら	702 21.6 27.2	
12	月	ごはん	牛乳 なんぶやき いそかあえ せんべいしる	ぶたにく とりにく	ぎゅうにゅう かいそう	ほうれんそう にんじん こまつな	きゃべつ もやし・だいこん ごぼう・しめじ・ねぎ	ごはん じゃがいも さとう・せんべい	こめあぶら ごま	620 28.6 18.7	
13	火	チキンライス	牛乳 オムレツ ミネストローネ	とりにく オムレツ ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん グリーンピース とまと	たまねぎ・コーン マッシュルーム・セロリ きゃべつ・たまねぎ	ごはん マカロニ	こめあぶら	616 22.0 17.6	
14	水	わかめごはん	牛乳 にくじゃが こまつなサラダ	ぶたにく ツナ	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな えだまめ	たまねぎ・しらたき しいたけ・きゃべつ レモン	ごはん さとう じゃがいも	こめあぶら	619 22.7 16.8	
15	木	ごはん	牛乳 まーぼーとうふ だいこんサラダ	ぶたにく とうふ・みそ ツナ	ぎゅうにゅう	にら にんじん	たまねぎ・ねぎ・しょうが だいこん・しいたけ きゅうり・にんにく	ごはん さとう かたくりこ	こめあぶら ごまあぶら	633 25.6 20.1	
16	金	チーズパン ミルメーク (4-3食べたでしよう)	牛乳 クリスピーチキン (4-2食べたでしよう) コールスローサラダ ABCスープ	とりにく ベーコン うずらのたまご	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり きゃべつ たまねぎ・コーン	パン マカロニ じゃがいも	こめあぶら ドレッシング	655 28.6 32.4	
19	月	キムチごはん (2-1食べたでしよう)	牛乳 ショウロンポウ トック入りわかめスープ	ぶたにく うずらのたまご	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん	はくさい・にんにく きゃべつ・しょうが たまねぎ・ねぎ	ごはん さとう・トック しょうろんぽうのかわ ごま	こめあぶら ごまあぶら	612 22.8 18.2	
20	火	ナン (1-2食べたでしよう) カップアイス (6-3・1-1食べたでしよう)	牛乳 キーマカレー ひじきサラダ	ぶたにく だいす	ぎゅうにゅう ひじき・チーズ ヨーグルト	にんじん ピーマン	たまねぎ・りんご にんにく・しょうが きゃべつ・きゅうり	ナン じゃがいも ドレッシング	こめあぶら ドレッシング	681 26.2 27.1	
21	水	春分の日									
22	木	せきはん 赤飯 クレープ・(4-4よく 食べたでしよう)	牛乳 あかうしろしょうゆ 赤魚の白醤油焼き くきわかめのきんぴら かきたまじる	さかな・さつまあげ とうふ・たまご かまぼこ	ぎゅうにゅう くきわかめ	にんじん ほうれんそう	ごぼう・こんにやく えのきたけ たまねぎ	ごはん・さとう かたくりこ クレープのかわ	こめあぶら ごまあぶら	657 29.4 16.0	
23	金	卒業式									
26	月	終業式									


※材料の都合で献立変更もあります。※ごはんはすべて太田市でとれたお米を使用しています。  
※野菜はすべて加熱してあります。 ※朝ごはんは必ず食べて登校しましょう。


名称	原料の産地	採取日	測定日	測定核種	検査結果(Bq/kg)
パン用県産小麦	群馬県産小麦(ダブル8号)	2018/1/15	2018/2/5	放射性ヨウ素 ( <sup>131</sup> I)	10Bq/kg未満
				放射性セシウム ( <sup>134</sup> Cs)	11Bq/kg未満
				放射性セシウム ( <sup>137</sup> Cs)	12Bq/kg未満


2.検査機関 : 一般社団法人群馬県薬剤師会 環境衛生試験センター  
3.測定方法 : ゲルマニウム半導体検査器を用いたγ線スペクトロメトリーによる核種分析法

お知らせ (太田市教育委員会 学校施設管理課 学校給食係より)  
太田市では放射性物質測定検査を行っています。太田市立休泊学校の2月14日の給食(献立名:パーカーハウス ハンバーグ ポテトサラダ ガンバルソース シューアイス)は、測定下限値の10ベクレル/kg未満でした。  
(太田市ホームページ→注目情報「放射線量・放射性物質測定」→「市内学校給食食材における放射性物質の測定結果」に掲載されています)

**※今月の太田野菜※**  
(太字は太田産です。)

  
ねぎ

  
ブロッコリー

  
さといも

生産者: **さん(太田市内ヶ島町)**