

令和 7 年度 3 月分 献立明細表

Aブロック

つくばほがらか給食センター谷田部

3月9日 月曜日				3月10日 火曜日				3月11日 水曜日				3月12日 木曜日				3月13日 金曜日			
ごはん 牛乳 ハンバーグおろしソース 水菜のごまサラダ 豚汁 お祝いいちごケーキ				ごはん 牛乳 ほきのチリソース 大根のナムル 春雨スープ				ごはん 牛乳 だし巻き玉子 ひじきの煮物 じゃがいもとわかめのみそ汁				つくばミルク米粉パン 牛乳 野菜コロッケ コールスローサラダ ミートボールのトマトスープ				ほうとう風うどん(ゆできしめん) 牛乳 白身魚フリッター 塩昆布あえ			
食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食
ごはん				ごはん				ごはん				つくばミルク米粉パン		年	提供なし	ほうとう風うどん(ゆできしめん)			
牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	ゆできしめん		年	
ハンバーグおろしソース				ほきのチリソース				だし巻き玉子				野菜コロッケ				豚小間肉			
ハンバーグ		月		ほきでん粉付き		月		だし巻き玉子		月	提供なし	野菜コロッケ		月		油揚げ		年	
大豆白絞油				大豆白絞油				ひじきの煮物				大豆白絞油				大根			
大根				たまねぎ				鶏小間肉				コールスローサラダ				にんじん			
たまねぎ				しょうが				さつま揚げ		年		キャベツ				かぼちゃ			
こいくちしょうゆ				にんにく				ひじき				ローズハム		年		えのきたけ			
みりん				サラダ油				とうもろこし				にんじん				ねぎ			
砂糖				豆板醤		年		いんげん				とうもろこし				赤みそ			
サラダ油				ケチャップ(調理用)		年		にんじん				コールスロードレッシング		年		白みそ			
水菜のごまサラダ				砂糖				サラダ油				ミートボールのトマトスープ				こいくちしょうゆ			
キャベツ				穀物酢				こいくちしょうゆ				ミートボール		年		清酒			
水菜				こいくちしょうゆ				みりん				ひよこ豆				煮干し			
にんじん				大根のナムル								たまねぎ				かつお節			
ツナ油漬		年		大根								にんじん				でんぶん			
ごまドレッシング		年		きゅうり								ほうれんそう				牛乳			提供なし
豚汁				にんじん				じゃがいもとわかめのみそ汁				シェルマカロニ		年		白身魚フリッター			
豚小間肉				韓国ナムルドレッシング		年		わかめ				サラダ油				白身魚フリッター		月	
豆腐		年		春雨スープ				豆腐		年		トマト缶				大豆白絞油			
にんじん				豚小間肉				たまねぎ				ケチャップ(調理用)		年		塩昆布あえ			
大根				サラダ油				にんじん				コンソメ		年		塩こんぶ		年	
油揚げ		年		にんじん				白みそ				精製塩				白菜			
ごぼう				白菜				赤みそ				こしょう				にんじん			
たまねぎ				たまねぎ				煮干し				ローリエ				とうもろこし			
こんにゃく				えんどう春雨				かつお節								ささみ水煮		年	
サラダ油				とうもろこし															
白みそ				小松菜															
赤みそ				中華スープストック		年													
煮干し				こいくちしょうゆ															
かつお節				精製塩															
お祝いいちごケーキ				こしょう															
お祝いいちごケーキ		月																	

令和 7 年度 3 月分 献立明細表

Aブロック

つくばほがらか給食センター谷田部

3月16日 月曜日				3月17日 火曜日				3月18日 水曜日				3月19日 木曜日				3月20日 金曜日			
ポパイカレーライス (麦ごはん) 牛乳 きびなごのカリカリフライ こんにゃくサラダ				ごはん 牛乳 とんかつ ちりめんじゃこと青菜の和え物 なめこのみそ汁				ごはん 牛乳 焼きニラまんじゅう 小松菜のボン酢和え みそちゃんこ汁				ビーンズパン のむヨーグルト (いちご) 鶏肉の香草マヨ焼き 花野菜サラダ ポトフ							
食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食
ポパイカレーライス (麦ごはん)				ごはん				ごはん				ビーンズパン							
ごはん														年	提供なし				
大麦				牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	のむヨーグルト (いちご)		月	提供なし				
豚小間肉																			
にんじん				とんかつ				焼きニラまんじゅう				鶏肉の香草マヨ焼き							
たまねぎ				とんかつ		月		焼きニラまんじゅう		月		鶏肉切身							
じゃがいも				大豆白絞油				大豆白絞油				ノンエッグマヨネーズ (調理用)		年					
ほうれんそう				卓上ソース		年						香草ミックス		月					
ぶなしめじ								小松菜のボン酢和え				大豆白絞油							
にんにく				ちりめんじゃこと青菜の和え物				小松菜											
しょうが				揚げちりめん		年		にんじん				花野菜サラダ							
サラダ油				小松菜				もやし				ブロッコリー							
アレルゲンフリーカレーフレーク		年		にんじん				ボン酢		年		カリフラワー							
まるやかカレールー		年		ブロッコリー								小松菜							
カレー粉		年		玉ねぎドレッシング		年		みそちゃんこ汁				にんじん							
ケチャップ (調理用)		年						鶏小間肉				サクザンアイランドドレッシング		年					
中濃ソース		年		なめこのみそ汁				サラダ油											
				厚揚げ		年		厚揚げ		年		ポトフ							
牛乳			提供なし	なめこ				白菜				ウイナーズライス		年					
				大根				にんじん				じゃがいも							
きびなごのカリカリフライ				にんじん				えのきたけ				たまねぎ							
きびなごのカリカリフライ		月		わかめ				ねぎ				にんじん							
大豆白絞油				ねぎ				白みそ				キャベツ							
				白みそ				赤みそ				コンソメ		年					
こんにゃくサラダ				赤みそ				かつお節				精製塩							
わかめ				煮干し				だし昆布				こしょう							
サラダこんにゃく				かつお節				鶏ガラスープ		月									
とうもろこし																			
にんじん																			
きゅうり																			
青じそドレッシング		年																	

令和 7 年度 3 月分 献立明細表

Aブロック

つくばほがらか給食センター谷田部

3月23日		月曜日																	
食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食
ごはん																			
牛乳																			
キャベツメンチカツ																			
ポテトサラダ																			
オニオンスープ																			
進級お祝いゼリー																			
提供なし																			
月																			
年																			
年																			
月																			
年																			
月																			
年																			