

献立明細表について	3月2日 月曜日				3月3日 火曜日				3月4日 水曜日				3月5日 木曜日				3月6日 金曜日			
	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
<p>①配合表の欄に「月」がある食品 添付されている「食品配合表」に使用している材料が詳しく書かれていますので、ご確認ください。</p> <p>②配合表の欄に「年」がある食品 年度の始めに配布した「年間使用食品配合表」に、使用している材料が詳しく書かれていますので、ご確認ください。 また、使用する頻度の多い「しょうゆ・みそ・油・ごま油・オリーブ油」に関しては「年」を付けませんので、ご確認の際は年間使用食品配合表をご覧ください。</p> <p>③除去食の欄に「除去」とある食品 該当の食品を除去し、調理したものを専用容器に入れて提供します。</p> <p>④除去食の欄に「提供なし」とある食品 該当の食品は提供はありません。</p>	ごはん				わかめごはん				ミルクパン				ごはん				粉チーズパン			
	牛乳				牛乳				牛乳				牛乳				牛乳			
	いわしの生姜煮				鶏肉のから揚げ				たらフライ				ハンバーグおろしソース				ハンムステーキ			
	菜の花サラダ				具だくさんみそ汁				ごぼうサラダ				水菜のごまサラダ				フレンチサラダ			
	なるとのすまし汁				フルーツポンチ				春キャベツのスープ				豚汁				白菜のクリーム煮			
	ひなあられ												お祝いいちごケーキ							

令和 7 年度 3 月分 献立明細表

B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			
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				麦ごはん 牛乳 えびしゅうまい ツナときゅうりの和え物 回鍋肉				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				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			
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)				麦ごはん				つくばミルク米粉パン				ほうとう風うどん (ゆできしめん)				ごはん			
ごはん				ごはん						年	提供なし	ゆできしめん		年					
大麦				大麦				牛乳			提供なし	豚小間肉				牛乳			提供なし
豚小間肉												油揚げ		年					
にんじん							提供なし	野菜コロッケ				大根				だし巻き玉子			
たまねぎ								野菜コロッケ		月		にんじん				だし巻き玉子		月	提供なし
じゃがいも				えびしゅうまい				大豆白絞油				かぼちゃ							
ほうれんそう				えびしゅうまい		月						えのきたけ				ひじきの煮物			
ぶなしめじ								コールスローサラダ				ねぎ				鶏小間肉			
にんにく				ツナときゅうりの和え物				キャベツ				赤みそ				さつま揚げ		年	
しょうが				ツナ油漬		年		ロースハム		年		白みそ				ひじき			
サラダ油				きゅうり				にんじん				こいくちしょうゆ				とうもろこし			
アレルギーフリーカレーフレーク		年		もやし				とうもろこし				清酒				いんげん			
まろやかカレールー		年		にんじん				コールスロードレッシング		年		みりん				にんじん			
カレー粉		年		パンパンジードレッシング		年						煮干し				サラダ油			
ケチャップ (調理用)		年						ミートボールのトマトスープ				かつお節				砂糖			
中濃ソース		年		回鍋肉				ミートボール		年		てんぷん				こいくちしょうゆ			
				豚小間肉				ひよこ豆								清酒			
牛乳			提供なし	こいくちしょうゆ				たまねぎ				牛乳			提供なし	みりん			
				にんにく				にんじん											
きびなごのカリカリフライ				清酒				ほうれんそう				白身魚フリッター				じゃがいもとわかめのみそ汁			
きびなごのカリカリフライ		月		にんじん				シェルマカロニ		年		白身魚フリッター		月		じゃがいも			
大豆白絞油				たまねぎ				サラダ油				大豆白絞油				わかめ			
				キャベツ				トマト缶								豆腐		年	
こんにゃくサラダ				ぶなしめじ				ケチャップ (調理用)		年		塩昆布あえ				たまねぎ			
わかめ				たけのこ				コンソメ		年		塩こんぶ		年		にんじん			
サラダこんにゃく				ピーマン				精製塩				白菜				白みそ			
とうもろこし				サラダ油				こしょう				にんじん				赤みそ			
にんじん				砂糖				ローリエ				とうもろこし				煮干し			
きゅうり				みりん								ささみ水煮		年		かつお節			
青じそドレッシング		年		精製塩															
				こいくちしょうゆ															
				赤みそ															
				甜麺醤		年													
				豆板醤		年													
				中華スープストック		年													
				ごま油															
				でんぷん															

令和 7 年度 3 月分 献立明細表

B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			
ごはん 牛乳 とんかつ ちりめんじゃこ青菜の和え物 なめこのみそ汁				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				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 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							
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				ビーンズパン		年	提供なし	ごはん				ごはん							
牛乳			提供なし	のむヨーグルト(いちご)		月	提供なし	牛乳			提供なし	牛乳			提供なし				
とんかつ				鶏肉の香草マヨ焼き				ほきのチリソース				焼きニラまんじゅう							
とんかつ		月		鶏切身				ほきでん粉付き		月		焼きニラまんじゅう			月				
大豆白絞油				ノンエッグマヨネーズ(調理用)		年		大豆白絞油				大豆白絞油							
卓上ソース		年		香草ミックス		月		たまねぎ											
				大豆白絞油				しょうが				小松菜のボン酢和え							
ちりめんじゃこ青菜の和え物								にんにく				小松菜							
揚げちりめん		年		花野菜サラダ				サラダ油				にんじん							
小松菜				ブロッコリー				豆板醤		年		もやし							
にんじん				カリフラワー				ケチャップ(調理用)		年		ボン酢			年				
ブロッコリー				小松菜				砂糖											
玉ねぎドレッシング		年		にんじん				穀物酢				みそちゃんこ汁							
				サクザンアイランドドレッシング		年		こいくちしょうゆ				鶏小間肉							
なめこのみそ汁												サラダ油							
厚揚げ		年		ポトフ				大根のナムル				厚揚げ			年				
なめこ				ウイナーズライス		年		大根				白菜							
大根				じゃがいも				きゅうり				にんじん							
にんじん				たまねぎ				にんじん				えのきたけ							
わかめ				にんじん				韓国ナムルドレッシング		年		ねぎ							
ねぎ				キャベツ								白みそ							
白みそ				コンソメ		年		春雨スープ				赤みそ							
赤みそ				精製塩				豚小間肉				かつお節							
煮干し				こしょう				サラダ油				だし昆布							
かつお節								にんじん				鶏ガラスープ			月				
								白菜											
								たまねぎ											
								えんどう春雨											
								とうもろこし											
								小松菜											
								中華スープストック		年									
								こいくちしょうゆ											
								精製塩											
								こしょう											

令和 7 年度 3 月分 献立明細表

B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																			