

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													
<p><b>①配合表の欄に「月」がある食品</b> 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><b>②配合表の欄に「年」がある食品</b> 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><b>③除去食の欄に「除去」とある食品</b> 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><b>④除去食の欄に「提供なし」とある食品</b> 該当の食品は提供はありません。</p>	ごはん				ごはん				わかめごはん				粉チーズパン				ほうとう風うどん(ゆできしめん)				
	牛乳				牛乳				牛乳				牛乳				牛乳				
	ほきのチリソース				いわしの生姜煮				鶏肉のから揚げ				ハムステーキ				フレンチサラダ				白身魚フリッター
	大根のナムル				菜の花サラダ				具だくさんみそ汁				フレンチサラダ				白菜のクリーム煮				塩昆布あえ
	春雨スープ				なるとのすまし汁				フルーツポンチ												
					ひなあられ																

令和 7 年度 3 月分 献立明細表

C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				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				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 こんにやくサラダ				ごはん 牛乳 焼きニラまんじゅう 小松菜のポン酢和え みそちゃんこ汁				ミルクパン 牛乳 たらフライ ごぼうサラダ 春キャベツのスープ			
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				つくばミルク米粉パン		年	提供なし	ポパイカレーライス (麦ごはん)				ごはん				ミルクパン		月	提供なし
牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	ごはん 大麦 豚小間肉 にんじん たまねぎ じゃがいも ほうれんそう ぶなしめじ にんにく しょうが サラダ油 アレルギーフリーカレーフレーク				牛乳			提供なし	牛乳			提供なし
ハンバーグおろしソース				野菜コロッケ		月		まろやかカレールー カレー粉 ケチャップ (調理用) 中濃ソース				焼きニラまんじゅう		月		たらフライ		月	
ハンバーグ		月		野菜コロッケ				きびなごのカリカリフライ		月		焼きニラまんじゅう				たらフライ			
大豆白絞油				大豆白絞油				大豆白絞油				大豆白絞油				大豆白絞油			
大根								ほうれんそう								桌上ソース		年	
たまねぎ				コールスローサラダ				ぶなしめじ				小松菜のポン酢和え							
こいくちしょうゆ				キャベツ				にんにく				小松菜				ごぼうサラダ			
みりん				ロースハム		年		しょうが				にんじん				ごぼう			
砂糖				にんじん				サラダ油				もやし				大豆			
サラダ油				とうもろこし				アレルギーフリーカレーフレーク		年		ポン酢		年		にんじん			
水菜のごまサラダ				コールスロードレッシング		年		まろやかカレールー		年		みそちゃんこ汁				小松菜			
キャベツ				ミートボールのトマトスープ				カレー粉		年		鶏小間肉				シーザーサラダドレッシング		年	
水菜				ミートボール		年		ケチャップ (調理用)		年		サラダ油				春キャベツのスープ			
にんじん				ひよこ豆				中濃ソース		年		厚揚げ		年		鶏小間肉			
ツナ油漬		年		たまねぎ				牛乳			提供なし	白菜				サラダ油			
ごまドレッシング		年		にんじん				きびなごのカリカリフライ				にんじん				ぶなしめじ			
豚汁				ほうれんそう				きびなごのカリカリフライ		月		えのきたけ				キャベツ			
豚小間肉				シェルマカロニ		年		大豆白絞油				ねぎ				たまねぎ			
豆腐		年		サラダ油				こんにやくサラダ				白みそ				にんじん			
にんじん				トマト缶				わかめ				赤みそ				スープストック		年	
大根				ケチャップ (調理用)		年		サラダこんにやく				かつお節				こいくちしょうゆ			
油揚げ		年		コンソメ		年		とうもろこし				だし昆布				精製塩			
ごぼう				精製塩				にんじん				鶏ガラスープ		月		こしょう			
たまねぎ				精製塩				きゅうり											
こんにやく				こしょう				青じそドレッシング		年									
サラダ油				ローリエ															
白みそ																			
赤みそ																			
煮干し																			
かつお節																			
お祝いいちごケーキ																			
お祝いいちごケーキ		月																	

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			
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				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				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 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							
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				
麦ごはん				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				
大麦																			
牛乳			提供なし	とんかつ				鶏肉の香草マヨ焼き				キャベツメンチカツ							
				とんかつ		月		鶏肉切身				キャベツメンチカツ			月				
えびしゅうまい				大豆白絞油				ノンエッグマヨネーズ (調理用)		年		大豆白絞油							
えびしゅうまい		月		卓上ソース		年		香草ミックス		月									
								大豆白絞油				ポテトサラダ							
ツナときゅうりの和え物				ちりめんじゃこと青菜の和え物				花野菜サラダ				じゃがいも							
ツナ油漬		年		揚げちりめん		年		ブロッコリー				ミックスベジタブル			月				
きゅうり				小松菜				カリフラワー				ノンエッグマヨネーズ (チューブ)			年				
もやし				にんじん				小松菜											
にんじん				ブロッコリー				にんじん				オニオンスープ							
パンバンジードレッシング		年		玉ねぎドレッシング		年		サウザンアイランドドレッシング		年		ウイナーズライス			年				
												サラダ油							
回鍋肉				なめこのみそ汁				ポトフ				たまねぎ							
豚小間肉				厚揚げ		年		ウイナーズライス		年		にんじん							
こいくちしょうゆ				なめこ				じゃがいも				いんげん							
にんにく				大根				たまねぎ				コンソメ			年				
清酒				にんじん				にんじん				こいくちしょうゆ							
にんじん				わかめ				キャベツ				精製塩							
たまねぎ				ねぎ				コンソメ		年		こしょう							
キャベツ				白みそ				精製塩											
ぶなしめじ				赤みそ				こしょう				進級お祝いゼリー							
たけのこ				煮干し								進級お祝いゼリー			月				
ピーマン				かつお節															
サラダ油																			
砂糖																			
みりん																			
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

C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																			
だし巻き玉子																			
ひじきの煮物																			
じゃがいもわかめのみそ汁																			
ごはん																			
牛乳				提供なし															
だし巻き玉子																			
だし巻き玉子				月				提供なし											
ひじきの煮物																			
鶏小間肉																			
さつま揚げ				年															
ひじき																			
とうもろこし																			
いんげん																			
にんじん																			
サラダ油																			
砂糖																			
こいくちしょうゆ																			
清酒																			
みりん																			
じゃがいもわかめのみそ汁																			
じゃがいも																			
わかめ																			
豆腐				年															
たまねぎ																			
にんじん																			
白みそ																			
赤みそ																			
煮干し																			
かつお節																			