

# 3月すぐうるらんち

[NO.594]

令和6年 2月 29日 発行

ニセコ町学校給食センター

ぎゅうにゅう にほ まいにち  
◎牛乳と煮干しは毎日つきます。

月	火	水	木	金
<b>食べ物のおもな3つのはたらき日</b>				
				<b>【1月に使用した野菜の主な産地】</b> ・じゃがいも…ニセコ・人参…ニセコ・大根…ニセコ・玉ねぎ…ニセコ・キャベツ…ニセコ・白菜…ニセコ・ごぼう…ニセコ・小松菜…関東・長ねぎ…茨城・にんにく…青森・りんご…余市・しいたけ…道内・しめじ…道内・ブロッコリー…道内・コーン…道内・チンゲンサイ…関東・パセリ…愛知・きゅうり…九州・さつまいも…ニセコ・生姜…四国・もやし…道内・水菜…関東・レタス…静岡・ピーマン…九州
4日	5日	6日	7日	<b>1日ひなまつりメニュー</b>  ちらし寿司 すまし汁 やさいのたまごや 野菜入り玉子焼き おひたし ひなま お雛様ゼリー
ごはん だいこん あ みそしる 大根と揚げの味噌汁 さけ 鮭フライ おかか和え ふりかけ	味噌ラーメン ニセコ小学校 わんせい 6年生 カリカリサラダ ニセコプリン（カスター） リクエスト	ごはん いもとのりの味噌汁 豚肉の生姜焼き チーズインサラダ 杏仁フルーツミックス	揚げパン 近藤小学校 わんせい 6年生 コーンスープ チキン豆腐ハンバーグ 華風サラダ	ごはん じる かきたま汁 たいの照り焼き プロッコリーのおかかマヨ和え お祝いケーキ
赤 牛乳 にほし さけ みそ あぶらあげ ちくわ	赤 牛乳 にほし ぶたにく つと ハム みそ	赤 牛乳 にほし ぶたにく みそ のり チーズ	赤 牛乳 にほし とりにく くらげ とうふ ハム たまご なまクリーム	赤 牛乳 にほし たまご たい とうふ ちくわ わかめ
黄 こめ	黄 ラーメン あぶら じゃがいも プリン	黄 こめ じゃがいも こま あんにんどうふ	黄 パン さとう あぶら はるさめ	黄 こめ マヨネーズ ケーキ（いちご）
緑 だいこん にんじん ながねぎ プロッコリー コーン キャベツ	緑 だけのこ もやし にんじん たまねぎ ながねぎ はくさい ちんげんさい コーン ビーマン にんにく しょうが キャベツ きゅうり	緑 ながねぎ しょうが たまねぎ きゅうり にんじん キャベツ りんご みかん パイン もも	緑 にんじん たまねぎ コーン バセリ きゅうり レタス	緑 しいたけ にんじん たまねぎ ながねぎ プロッコリー コーン
小 592kcal	小 656kcal 高 724kcal	小 717kcal 中 875kcal	小 655kcal 中 785kcal	小 687kcal 中 851kcal
11日	12日	13日	14日	15日
ごはん えのきと揚げの味噌汁 ほっけフライのごま味噌かけ カラフルナマル	たぬきうどん とり てん 鶏の天ぷら コーンツナマヨサラダ	ごはん じる どさんこ汁 鮭のマヨネーズ焼き キャベツのサラダ	まるパン ミネストローネ チキンのチーズ焼き ゆで野菜の胡麻ドレ和え	ピーフカレー グリーンサラダ フルーツゼリーミックス
赤 牛乳 にほし とうふ みそ ほっけ かにかま あぶらあげ	赤 牛乳 にほし とりにく つと まぐろみすに	赤 牛乳 にほし さけ ハム みそ ぶたにく とうふ チーズ	赤 牛乳 にほし とりにく チーズ ベーコン	赤 牛乳 にほし ぎゅうにく ヨーグルト
黄 こめ ふらいのころも	黄 うどん さとう あげだま マヨネーズ あぶら	黄 こめ バター マヨネーズ じゃがいも	黄 パン ごま マカロニ	黄 こめ あぶら バター じゃがいも
緑 えのき トマト こまつな ほうれんそう はくさい にんじん もやし コーン	緑 にんじん たまねぎ しいたけ こまつな ながねぎ キャベツ コーン	緑 たまねぎ にんじん ながねぎ キャベツ きゅうり コーン しょうが バセリ	緑 たまねぎ にんじん バセリ ににく トマト プロッコリー キャベツ ほうれんそう コーン	緑 しょうが ににく たまねぎ もも にんじん えだまめ トマト だいこん バイン なす プロッコリー きゅうり レタス みかん
小 588kcal	小 625kcal 中 722kcal	小 652kcal 中 736kcal	小 635kcal 中 810kcal	小 527kcal 中 644kcal
18日	19日	20日	21日	22日
ごはん 三平汁 チーズインハンバーグ れんこんきんぴら	うみ さちしお 海の幸塩ラーメン この や お好み焼き フルーツのヨーグルト和え		ごはん たまごのスープ とんかつ プロッコリーサラダ ココアムース	オムライス ポトフ 枝豆サラダ
赤 牛乳 にほし さけ ぶたにく とりにく チーズ さつまあげ	赤 牛乳 にほし ぶたにく つと いか ほたて ヨーグルト	赤 牛乳 にほし たまご ぶたにく チーズ	赤 牛乳 にほし とりにく たまご ワイン	赤 牛乳 にほし とりにく たまご ワイン
黄 こめ じゃがいも つきこんにゅく ごま	黄 ラーメン こめこ	黄 こめ ココアムース あぶら とんかつ	黄 こめ あぶら バター じゃがいも	黄 こめ あぶら バター じゃがいも
緑 たまねぎ にんじん だいこん ながねぎ れんこん	緑 ににく しょうが にんじん たまねぎ はくさい チングンサイ もやし バナナ もも バイン みかん バイン きゃべつ	緑 たまねぎ にんじん キャベツ コーン プロッコリー こまつな	緑 たまねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム トマト かぶ だいこん きゅうり キャベツ えだまめ コーン	緑 たまねぎ にんじん グリンピース マッシュルーム トマト かぶ だいこん きゅうり キャベツ えだまめ コーン
小 618kcal	小 638kcal 中 763kcal	小 666kcal 中 815kcal	小 604kcal 中 752kcal	
25日				
ごはん だんごじる いも団子汁 いわしのみぞれ煮 シーザーサラダ		<b>たべものクイズ</b> なん た ざっしょくさかな 何でも食べる雑食の魚です。このことから 「たらふく食べる」という言葉ができる魚は なに? 何? ①たら ②ふぐ ③ぶり	<b>今月のニセコ町産の食材</b> 	
赤 牛乳 にほし いわし とうふ ハム チーズ				
黄 こめ つきこんにゅく ごま				
緑 にんじん ごぼう だいこん ながねぎ キャベツ きゅうり				
小中 なし 高 715kcal				

◎学校の行事やその他の都合で変更することがあります。◎冷蔵庫など見やすいところに貼ってください。

☆魚は、骨に気を付けて食べましょう。

