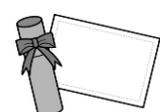
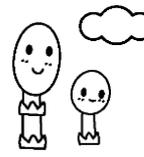


3月の献立表

月	火	水	木	金
【3月の平均栄養量】 (上段:給与量 下段:目標値) 小学部 / 中学部 / 高等部 エネルギー 586kcal / 800kcal / 800kcal 563kcal / 824kcal / 835kcal たんぱく質 25.1g / 32.8g / 32.8g 23.2g / 34.0g / 34.0g 脂 質 19.3g / 24.8g / 24.8g 15.6g / 22.9g / 23.1g 塩 分 2.5g / 3.2g / 3.2g 2.0g / 2.5g / 2.5g		1 ☆ ハヤシライス ・ コーンサラダ ☆ いよかんゼリー	2 ・ ソフトパン ☆ チリコンカン ☆ クラムチャウダー ☆ りんご	3 【ひなまつり献立】 ・ ちらしずし ・ とりにくのからあげ ・ ほうれんそうのごまあえ ・ なめこじる ・ まっちゃんプリン
		赤 豚肉	赤 大豆 豚肉 ベーコン あさり	赤 卵 鶏肉 豆腐
		黄 米 油 ゼリー	黄 パン 油 じゃがいも	黄 米 油 ごま じゃがいも プリン
		緑 玉ねぎ にんじん トマト	緑 玉ねぎ にんじん とうもろこし	緑 にんじん たけのこ れんこん
		緑 マッシュルーム キャベツ	緑 トマト マッシュルーム	緑 さやえんどう ほうれんそう キャベツ
		きゅうり とうもろこし	ブロッコリー りんご	もやし 大根 ねぎ いちご
		栄養量 小学部 605kcal・20.6g 中学・高等部 837kcal・27.2g	栄養量 小学部 573kcal・25.3g 中学・高等部 787kcal・33.5g	栄養量 小学部 629kcal・27.3g 中学・高等部 864kcal・35.9g
6 ・ ごはん ☆ さばのみそに ☆ きりぼしだいこんのもの ・ かきたまじる	7 ☆ ソースやきそば ・ もずくスープ ☆ フルーツポンチ	8 ☆ ポークカレーライス ・ アメリカンサラダ ☆ みかんいりぎゅうにゅうかん	9 【卒業進級お祝い献立】 ☆ わかめごはん ・ とりにくのレモンに ・ なのはなあえ ・ ひきなじる ☆ いちごのロールケーキ	10 そつぎょうしき 卒業式 
赤 さば 豚肉 さつま揚げ 卵 豆腐	赤 豚肉 鶏肉 もずく 豆腐	赤 豚肉	赤 わかめ 鶏肉 卵 油揚げ	
黄 米 油 ごま	黄 蒸し中華麺 油 ごま ゼリー	黄 米 油 じゃがいも ポテトチップス	黄 米 油 ケーキ	
緑 切干大根 にんじん	緑 にんじん 玉ねぎ キャベツ もやし	緑 玉ねぎ にんじん トマト	緑 レモン つぼみな キャベツ	
緑 しいたけ 玉ねぎ	緑 ビーマン たけのこ ねぎ えのきだけ	緑 りんご ブロッコリー きゅうり	緑 大根 にんじん	
緑 えのきだけ 小松菜	緑 パナナ みかん パインアップル	緑 キャベツ とうもろこし みかん	緑 えのきだけ ねぎ	
栄養量 小学部 571kcal・25.0g 中学・高等部 794kcal・32.6g	栄養量 小学部 569kcal・26.2g 中学・高等部 737kcal・32.9g	栄養量 小学部 648kcal・22.5g 中学・高等部 885kcal・29.2g	栄養量 小学部 611kcal・25.1g 中学・高等部 822kcal・33.0g	
13 ・ ごはん ・ ひじきいりちぐさやき ・ ちくぜんに ・ どさんこじる ・ パナナ	14 ・ セルフメンチカツバーガー (パン メンチカツ) ・ ツナマヨサラダ ・ ミネストローネ	15 ・ ごはん ・ さわらのさいきょうやき ・ にくじゃが ・ あぶらふはっとじる	16 ・ ごはん ・ マーボー豆腐 ・ はるさめサラダ ・ きよみオレンジ	17 ・ ごはん ・ とりにくのパーベキューソースがけ ・ にくやさしいため ・ わかめじる ・ チーズ
赤 卵 鶏肉 ひじき 豚肉	赤 豚肉 まぐろ水煮 ウインナー 大豆	赤 さわら 豚肉 鶏肉 豆腐	赤 豚肉 豆腐 ハム	赤 鶏肉 豚肉 豆腐 油揚げ 豆豉 チーズ
黄 米 油 里芋 じゃがいも	黄 パン 油 マヨネーズ じゃがいも	黄 米 じゃがいも 油 小麦粉 油麩	黄 米 油 ごま 春雨	黄 米 油
緑 ねぎ にんじん ごぼう たけのこ	緑 キャベツ にんじん きゅうり	緑 玉ねぎ さやえんどう	緑 ねぎ 玉ねぎ にんじん	緑 りんご 玉ねぎ キャベツ
緑 しいたけ 玉ねぎ とうもろこし	緑 とうもろこし トマト	緑 にんじん 大根 にんじん	緑 たけのこ しいたけ いら	緑 にんじん ビーマン
緑 もやし 小松菜 ねぎ パナナ	緑 玉ねぎ バジル	緑 ごぼう 白菜 ねぎ	緑 もやし きゅうり 清美オレンジ	緑 大根 ねぎ
栄養量 小学部 588kcal・25.1g 中学・高等部 800kcal・32.3g	栄養量 小学部 606kcal・21.1g 中学・高等部 833kcal・27.5g	栄養量 小学部 574kcal・28.7g 中学・高等部 800kcal・38.4g	栄養量 小学部 560kcal・25.8g 中学・高等部 776kcal・34.4g	栄養量 小学部 528kcal・28.0g 中学・高等部 726kcal・36.7g
20 ・ ごはん ・ さばのカレーふうみやき ・ れんこんサラダ ・ とんじる	21 しゅんぶんのひ 春分の日 	22 ・ きのこのわふうスパゲティ ・ ぶたしゃぶサラダ ・ りんごのマフィン	23 ・ ごはん ・ とうにゅうなべ ・ みそポテト ・ いちご	24 しゅうりょうしき 修了式 (給食はありません) 
赤 さば まぐろ水煮 豚肉 豆腐		赤 鶏肉 豚肉 卵	赤 豚肉 豆腐 油揚げ	
黄 米 マヨネーズ 里芋		黄 スパゲティ 油 ホットケーキミックス	黄 米 油 じゃがいも	
緑 れんこん キャベツ にんじん		緑 玉ねぎ しめじ マッシュルーム	緑 にんじん 大根	
緑 とうもろこし 大根 ごぼう		緑 エリンギ キャベツ きゅうり	緑 水菜 白菜 えのきだけ	
緑 白菜 ねぎ		緑 とうもろこし 赤ビーマン りんご	緑 ねぎ いちご	
栄養量 小学部 574kcal・25.7g 中学・高等部 799kcal・33.7g		栄養量 小学部 582kcal・28.9g 中学・高等部 729kcal・37.3g	栄養量 小学部 575kcal・21.1g 中学・高等部 804kcal・27.6g	

○学校行事及び食材料購入の都合により、献立を変更することがあります。牛乳は毎日つきます。

○裏面は給食日よりです。是非御覧下さい。

○学校ホームページに献立表を掲載しておりますので、外出先からも確認することができます。また、2月の給食を写真で紹介しておりますので、是非御覧ください。



献立表はこちら
から見る
ことができます。



ブログはこちら
から見る
ことができます。

リクエスト献立実施中！！

2月と3月の給食は、卒業生のリクエスト献立を取り入れています。献立名に☆印の付いている献立がリクエスト献立です。給食時には、リクエストしてくれた児童生徒の名前を紹介しています。

- リクエストが多かった献立
- 1位・・・カレーライス(6人)
 - 2位・・・ソース焼きそば(5人)
 - 3位・・・すき焼き、スパゲティミートソース(4人)



