

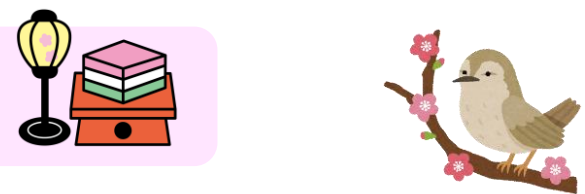
月	火	水	木	金
<p>*都合により献立を変更することがあります。</p> <p>*日付の隣の数字はエネルギー/たんぱく質/食塩相当量を表しています。</p>	<p>3つの食品グループ</p>	<p>1日 872 kcal/25g/1.6g</p> <p>果物 揚げ 牛乳</p> <p>ぶりん飯 太平燕</p>	<p>2日 896 kcal/32.9g/2.8g</p> <p>りんごかん 海藻サラダ 牛乳</p> <p>エッグトースト クリームシチュー</p>	<p>3日 893 kcal/38.6g/3.5g</p> <p>いかと大豆の甘辛揚げ 牛乳</p> <p>桃ゼリー</p> <p>春のちらし寿司 かきたま汁</p>
	おもにエネルギーになる →	米、サラダ油、★白いりごま、上白糖、普通はるさめ(乾)、ごま油、さつまいも、薄力粉、★白すりごま、揚げ油	食パン★マヨネーズ、じゃがいも、サラダ油、薄力粉、有塩バター、ごま油、上白糖	牛乳(飲用)、★冷凍むきえび、★たまご、祝いなると、絹ごし豆腐、★いか、大豆、粉寒天
	おもに体を作る →	牛乳(飲用)、豆腐、油揚げ、豚肉★冷凍むきえび、★うずら卵、★たまご	牛乳(飲用)、★たまご、ピザチーズ、鶏肉、牛乳(調理用)、粉チーズ、生クリーム、海藻ミックス、粉寒天	牛乳(飲用)、★冷凍むきえび、★たまご、祝いなると、絹ごし豆腐、★いか、大豆、粉寒天
	おもに体の調子を整える →	ごぼう、にんじん、干し椎茸、切干しだいこん、キャベツ、万能ねぎ、果物	パセリ、玉葱、にんじん、キャベツ、きゅうり、りんごジュース	たけのこ、ふき、にんじん、れんこん、干し椎茸、さやえんどう、こまつな、しょうが、★桃果汁ジュース
6日 851 kcal/35.5g/2.9g	7日 854 kcal/28.5g/2.5g	8日 771 kcal/33.1g/2.1g	9日 906 kcal/39.8g/2.9g	10日 804 kcal/29.4g/2.4g
いそ和え、ホキの、カレーしょうゆ焼き、抹茶ゼリー、黒蜜ソースかけ、ごはん、ふりかけ、ごまだれ汁	グリーンサラダ、牛乳、エビピラフ、白菜シチュー	きよはち、豆乳、プラマンジェ、牛乳、ルーローハン、ビーフンスープ	いちごケーキ、牛乳、スパゲティ、海の幸ソース、ピーンズサラダ	おひだし、牛乳、わかめごはん、おにぎり、ししゃものから揚げ、すいとん
米、★白いりごま、サラダ油、★白すりごま、上白糖、でんぶん、★練りごま白、黒砂糖	米、麦、サラダ油、じゃがいも、薄力粉、上白糖	米、麦、上白糖、でんぶん、サラダ油、ビーフン、はちみつ	スパゲティ、オリーブ油、サラダ油、薄力粉、上白糖、★白いりごま、★白すりごま、有塩バター、いちごジャム	米、★白いりごま、でんぶん、薄力粉、揚げ油、サラダ油、さといも
牛乳(飲用)、干ひじき、おかつ、削り、糸削り、ホキ、さぎのり、鶏肉、油揚げ、白みそ、粉寒天、粉ゼラチン、牛乳(調理用)、生クリーム	牛乳(飲用)、★冷凍むきえび、ベーコン、鶏肉、牛乳(調理用)、生クリーム	牛乳(飲用)、豚肉、★うずら卵、豚肉、豆腐、★豆乳、生クリーム、牛乳(調理用)、粉ゼラチン	牛乳(飲用)、豚肉、★冷凍むきえび、★いか、★たまご、青大豆、大豆、牛乳(調理用)、★たまご、生クリーム	牛乳(飲用)、炊き込みわかめ、★ししゃも、油揚げ、鶏肉
★ほうれんそう、もやし、キャベツ、にんじん、えのきたけ、ごぼう、だいこん、ねぎ	玉葱、にんじん、ホールコーン、はくさい、パセリ、ロッコリー、キャベツ、だいこん	にんにく、しょうが、たけのこ、ねぎ、にんじん、干し椎茸、もやし、チンゲンツァイ、みかん缶	にんにく、にんじん、玉葱、セロリー、★トマトピューレ、★トマトケチャップ、★トマト缶詰(ホール)、ピーマン、キャベツ、きゅうり	しょうが、★ほうれんそう、にんじん、もやし、だいこん、ごぼう、干し椎茸、ねぎ
13日 832 kcal/28.9g/2.2g	14日 784 kcal/28.1g/3.8g	15日 854 kcal/30.4g/3.6g	16日 895 kcal/34.1g/2.2g	17日
果物、牛乳、カレーライス、シーフードサラダ	フレンチサラダ、牛乳、マヨコーンパン、トマトシチュー	サモサ、果物、ジョア、みそつけ麺	ポイル、ミックスフライ(えび・トンカツ)、牛乳、キャベツ、お楽しみデザート、お赤飯、けんちん汁	卒業式
米、麦、サラダ油、じゃがいも、薄力粉、上白糖	米粉パン★マヨネーズ、サラダ油、じゃがいも、薄力粉、上白糖	蒸し中華めん、サラダ油、ごま油、でんぶん、★白いりごま、じゃがいも、ぎょうざの皮、薄力粉、揚げ油	米、もち米、★黒いりごま、薄力粉、パン粉(乾燥)、パン粉(生)、揚げ油、サラダ油、上白糖、さといも、こんにゃく、アイスクリーム	卒業式
牛乳(飲用)、豚肉、ピザチーズ、牛乳(調理用)、★冷凍むきえび、★いか	牛乳(飲用)、ハム、豚肉	ジョア、赤みそ、豚肉、豚ひき肉、ダイスターズ	牛乳(飲用)、ささげ(乾)、フランクフルト、豚肉★たまご、油揚げ、豆腐	卒業式
しょうが、にんにく、玉葱、にんじん、★トマトケチャップ、きゅうり、キャベツ、いちご	とうもろこし缶詰(ホール)、玉葱、しょうが、にんにく、セロリー、にんじん、エリンギ、★トマト缶詰(ホール)、★トマトピューレ、★トマトケチャップ、パセリ、キャベツ、きゅうり、果物	にんにく、しょうが、玉葱、にんじん、ねぎ、もやし、こまつな、ホールコーン	キャベツ、にんじん、玉葱、だいこん、ごぼう、ねぎ	卒業式

20日 837 kcal/31.8g/3.1g	おかか和え、牛乳、きつねうどん、2色おはぎ
うどん(冷凍)、三温糖、もち米、米、上白糖、★黒すりごま、★白すりごま	牛乳(飲用)、鶏肉、油揚げ、★きな粉、おかか削り
にんじん、ねぎ、こまつな、★ほうれんそう、はくさい、もやし	

3月3日 ひなまつり 地域色あふれる ひな祭りのお菓子

- おこしもん (愛知県)
- いがまんじゅう (愛知県西三河地域)
- ひちぎり (京都府)
- おいり (鳥取県)
- からすみ (岐阜県)
- くしらもち (山形県)
- 金花糖 (石川県金沢市)
- うずまきもち (香川県)

3月3日(木) ひな祭り給食 「ちらし寿司」「桃ゼリー」
 3月3日はひな祭り。「桃の節句」ともいい、女の子の健やかな成長と幸せを願ってお祝いする日本の伝統的な行事です。



3月10日(金) 3.11給食 「わかめごはんおにぎり」
 災害時の炊き出し風おにぎりを給食で作ります。全校で約410個のおにぎりを調理員さんが1つ1つ心を込めて握ります。



3月16日(木) 進級・卒業お祝い給食 「赤飯」
 いよいよ3月17日は卒業式です。日本ではお祝いの食事には小豆を入れた赤飯を炊く文化があります。苦手な人も多いメニューですが、伝統的なお祝いの食事です。3年生の卒業をみんなでお祝いしましょう。

