

3月献立表

日	曜日	牛乳	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	Kcal	予定
1	金		ごはん 鯖の文化干し 塩昆布サラダ 呉汁	牛乳 鯖 塩昆布 鶏肉 大豆 味噌	米 油 砂糖 ジャガイモ こんにゃく	きゃべつ もやし 人参 ごぼう コーン 玉ねぎ 小松菜	844	3年 給食なし
2	土		休日					
3	日		休日					
4	月		わかめごはん 厚揚げと野菜の煮物 味噌汁	牛乳 わかめ 鶏肉 生揚げ 味噌 豆腐	米 ジャガイモ こんにゃく 油 砂糖	ごぼう 人参 たけのこ しいたけ きゃべつ ねぎ	733	
5	火		窯焼きビビンバ フライビーンズサラダ 中華卵スープ	牛乳 豚肉 味噌 大豆 鶏肉 豆腐 卵	米 ジャガイモ こんにゃく 油 砂糖 豆腐	生姜 にんにく 小松菜 人参 もやし きゃべつ コーン 玉ねぎ たけのこ	786	1組 お別れ遠足
6	水		ホットチリサンド 白菜のクリーム煮 ビーンズポテト	牛乳 豚肉 レンズ豆 鶏肉 生クリーム ひよこ豆	パン 油 小麦粉 バター ジャガイモ	玉ねぎ 人参 にんにく 白菜 しめじ	743	
7	木		シーフードピラフ チーズサラダ 洋風卵スープ	牛乳 鶏肉 えび いか チーズ ベーコン 卵	米 油 バター 砂糖 ジャガイモ でんぷん	人参 玉ねぎ エリンギ 枝豆 きゃべつ 白菜 ねぎ	693	
8	金		ごはん 魚の西京焼き ごま和え 味噌汁	牛乳 たら 味噌 豆腐	米 砂糖 油 ごま 豆腐	生姜 小松菜 人参 きゃべつ もやし 大根 ねぎ しめじ	707	3年 TGG
9	土		休日					
10	日		休日					
11	月		天丼 ジャコ和え 味噌汁	牛乳 えび いか 卵 ちくわ 鰹節 ちりめん とうふ わかめ 味噌	米 小麦粉 油 砂糖	玉ねぎ 人参 白菜 コーン きゃべつ ねぎ	726	
12	火		ごはん 魚の塩こうじ焼き 野菜炒め 味噌汁	牛乳 魚 豚肉 生揚げ 味噌	米 油 春雨 砂糖 こんにゃく ジャガイモ	きゃべつ 人参 生姜 ビーマン にんにく 玉ねぎ	875	3年 遠足
13	水		カレーライス パリパリサラダ フルーツポンチ	牛乳 豚肉 レンズ豆	米 ジャガイモ 油 小麦粉 バター ワンタンの皮	玉ねぎ 人参 生姜 にんにく きゃべつ コーン パイン もち みかん	691	
14	木		チョコチップパン シシャモフライ ツナサラダ コーン卵スープ	牛乳 ししゃも 卵 ツナ ベーコン	チョコチップパン 小麦粉 パン粉 砂糖 でんぷん	きゃべつ 人参 もやし 小松菜 コーン 玉ねぎ	810	
15	金		味噌ラーメン 肉まん 中華風サラダ	牛乳 豚肉 味噌	中華麺 ごま油 バター 小麦粉 ラード	にんにく 生姜 人参 もやし ねぎ コーン たけのこ 大根 きゅうり えのき	766	
16	土		休日					
17	日		休日					
18	月		ちらし寿司 ミックスフライ 野菜の香味和え すまし汁	牛乳 えび 鶏肉 油揚げ のり 豆腐 わかめ	米 砂糖 ごま でんぷん 小麦粉 油	かんぴょう 人参 たけのこ 生姜 小松菜 きゃべつ えのき ねぎ	698	
19	火		卒業式					
20	水		春分の日					
21	木		チキンライス グリーンサラダ 野菜スープ	牛乳 鶏肉 ベーコン	米 バター 油 砂糖 ジャガイモ	トマト 玉ねぎ 人参 エリンギ グリーンピース きゃべつ きゅうり コーン パセリ にんにく	694	
22	金		ねぎ塩豚丼 ピリ辛大根サラダ ミルクティーゼリー	牛乳 豚肉 わかめ アガー 生クリーム	米 麦 油 ごま 砂糖	ねぎ もやし 玉ねぎ にんにく 大根 人参 きゃべつ	754	
23	土		休日					
24	日		休日					
25	月		終了式					

都合により献立が変更になる場合があります。太字は季節のメニューです。