

# 3月 予定献立表

日	曜日	主食 牛乳	副食
3	月	ちらし寿司 牛乳	えびフライ みそかきたま汁 小松菜としめじのひたし ひなゼリー 
4	火	ごはん 牛乳	鮭のマヨネーズ焼き 煮しめ 即席づけ いちご 郷土食献立
5	水	黒糖コッペパン 牛乳	ペンネのミートソース きゃべつのスープ フライドポテト ヨーグルト
6	木	麦ごはん 牛乳	卵のベーコン巻き ビーフカレー カミカミナムル ももタルト
7	金	2/3コッペパン 牛乳	ししゃものフライ 五目ラーメン ブロッコリーサラダ みかんクレープ
10	月	わかめごはん 牛乳	ひよこ豆の揚げがらめ 団子汁 ほうれん草のごまみそ アップルシャーベット 地場産品献立
11	火	ごはん 牛乳	鯖のホイル焼き 肉じゃが ひじきの炒め煮 いちご
12	水	揚げパン 牛乳	荒挽きウインナー ワンタンスープ ドレッシングサラダ ピーチシャーベット
13	木	ごはん 牛乳	がんもの含め煮 さつま汁 かぶの昆布づけ 清見みかん
14	金	栗赤飯 牛乳	鶏肉の香り揚げ てまり麩のみそ汁 小松菜のコーンあえ お祝いデザート 卒業お祝い献立
17	月	卒業式 	
18	火	春待ちきつね丼 牛乳	小籠包 じゃがいもとわかめのみそ汁 青りんごゼリー たかおか食19井献立
19	水	食パン 牛乳	大豆入りミートローフ ポテトスープ フルーツあえ ミルク
20	木	春分の日 	
21	金	食パン 牛乳	ブロッコリーとベーコンのキッシュ 春雨スープ ごまごまサラダ チョコクリーム
24	月	修了式・終業式	

## 3月の平均栄養摂取量

エネルギー: 644kcal たんぱく質: 24.7g 脂質: 21.5g

参考: 栄養基準量は中学年の基準量(エネルギー: 650kcal たんぱく質: 21~33g 脂質: 14~22g)

※都合により献立を変更することがあります。

◆お知らせ◆

来年度の給食開始は4月9日(水)です。