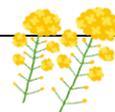


3月 予定献立表



日	曜日	主 食 牛 乳	副 食
2	月	ごはん 牛 乳	鯖の塩焼き ひじきの炒め煮 肉じゃが
3	火	春色ちらし寿司 牛 乳	えびフライ かきたま汁 小松菜のひたし ひなゼリー
4	水	コッペパン 牛 乳	ペンネのミートソース フライドポテト きゃべつのスープ
5	木	ごはん 牛 乳	ひよこ豆の揚げがらめ ほうれん草のごまみそ 団子汁
6	金	食パン 牛 乳	野菜のキッシュ ごまごまサラダ 春雨スープ チョコクリーム
9	月	ごはん 牛 乳	若鶏肉の照り焼き コーンポテト わかめスープ
10	火	減量ごはん 牛 乳	ししゃものフライ ブロッコリーサラダ 五目ラーメン
11	水	揚げパン 牛 乳	荒挽きウインナー ワンタンスープ 海藻サラダ
12	木	赤飯 牛 乳	鶏肉の香り揚げ 小松菜のコーンあえ てまり麩のすまし汁 お祝いデザート
13	金	卒業式	
16	月	麦ごはん 牛 乳	オムレツ 野菜のナムル ポークカレー
17	火	ごはん 牛 乳	さわらのマヨネーズ焼き お煮しめ 即席漬け
18	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
19	木	春待ちきつね丼 牛 乳	えびシューマイ じゃがいもとわかめのみそ汁
20	金	春分の日	
23	月	ごはん 牛 乳	がんもの含め煮 かぶの昆布漬け さつま汁
24	火	終業式・修了式	



3月の平均栄養摂取量

エネルギー: 639kcal たんぱく質: 25.2g 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(木)です。

