

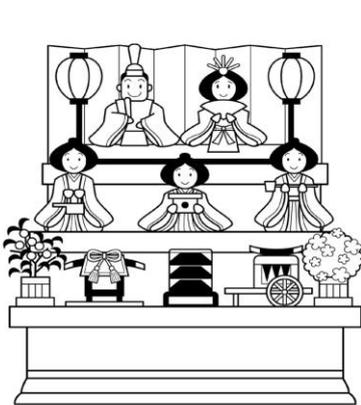
日	曜	こんだてめい	おもなざいりょう			栄養価 (1人分 - kcal)		
			血や肉や骨になる食品	体の調子を整える食品	熱や力になる食品	小学部	中学部	高等部
1	火	【大】カレーライス 牛乳 ひじきサラダ ブルーベリーヨーグルト	牛乳 ひじき 糸かまぼこ 牛肉スライス ヨーグルト ミックスチーズ	グリーンピース キャベツ しょうが たまねぎ ホールコーン トマト にんじん にんにく マシュルーム	あさひ米 強化米 じゃがいも 上白糖 ごま油 サラダ油 カレールウ	693	768	806
2	水	ひなずし 牛乳 菜の花のからし和え 沢煮わん ひなあられ	牛乳 あぶらあげ さけフレーク 豚肉もも たまご	さやえんどう キャベツ ごぼう しょうが たけのこ 菜の花 にんじん ねぎ	あさひ米 強化米 上白糖 ごま ごま油 ひなあられ	682	779	828
3	木	米粉パン 牛乳 春野菜のクリームソー 海藻サラダ すだちゼリー	牛乳 海藻ミックス しらす干し 若鶏むね肉 牛乳 調理用牛乳	きゅうり セロリー たまねぎ にんじん もやし レタス	パン じゃがいも 上白糖 ごま ごま油 サラダ油 すだちゼリー クリームポタージュ ホワイトルウ	641	769	788
4	金	赤飯 牛乳 みそカツ たくあん入りお餅パ 白玉ふのすまし汁 平井さんのいちご	牛乳 下津井わかめ なると 赤みそ 豚カツ	キャベツ しょうが 千切りたくあん たまねぎ にんじん ねぎ いちご えのきたけ	赤飯 白玉ふ 上白糖 ごま ごま塩 菜種油	764	853	897
7	月	【大】和風きのこスパゲッティー 牛乳 じゃがいもサラダ お祝いクレープ	牛乳 ベーコン チキンウインナー	きゅうり たまねぎ にんじん にんにく ねぎ えのきたけ 干しいたけ ぶなしめじ	ソフトめん じゃがいも 上白糖 オリーブ油 パター クレープ	617	720	732
9	水	ごはん 牛乳 さばのみぞれかけ わけぎのぬた すまし汁	牛乳 とうふ さば いか 白みそ	だいこん たまねぎ にんじん ねぎ わけぎ えのきたけ	あさひ米 強化米 でんぶ 上白糖 菜種油	681	786	801
10	木	ドライカレーサンド(卵入り) 牛乳 野菜スープ プリン	牛乳 てぼう豆 ぶた肉肩ミンチ ベーコン ゆで卵 佃 プリン	たまねぎ にんじん はくさい パセリ	パン サラダ油 カレールウ	702	782	845
11	金	ごはん 牛乳 ヤンニャムガザンチキン もやしのごま和え ワンタンスープ	牛乳 しらす干し ベーコン 若鶏肉もも	こまつな しょうが にら にんじん にんにく ねぎ もやし レモン汁 生きくらげ	あさひ米 強化米 ワンタン でんぶ 上白糖 ごま ねりごま ごま油 菜種油	679	788	842
14	月	きつねうどん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ キャベツの甘酢和え	牛乳 あげ 青のり 下津井わかめ しらす干し かまぼこ ちくわ たまご	キャベツ たまねぎ にんじん ねぎ	薄力粉 うどん 上白糖 三温糖 菜種油	639	729	737
16	水	高野豆腐の三色丼 牛乳 さつま汁 川崎さんのはっさく	牛乳 あぶらあげ 高野豆腐 豚肉ももミンチ 若鶏肉もも たまご 中みそ 赤みそ	さやいんげん しょうが だいこん にんじん ねぎ はっさく 干しいたけ	あさひ米 強化米 こんにやく さつまいも 上白糖 サラダ油	692	778	803
17	木	米粉バターロールパン 牛乳 たこと豆のトマト煮 ささみのダブル和え	牛乳 だいた煮 煮たこ 豚肉ももミンチ ベーコン 若鶏肉ささみ	キャベツ たまねぎ トマト缶 にんじん れんこん レモン汁 トマトピューレ	バターロール 上白糖 はちみつ オリーブ油 サラダ油	637	782	798

3月の行事と食べ物のお話 (おうちの人とよみましょう。)

◎精算月です。献立内容を変更することがあります。
※ 太字の野菜は、「まび生産組合」さんから届く予定です。
端境期(収穫するものがない時期)で、今月は少ないです。

※【大】3月の大好きメニュー

高等部3年生 生活コースのみなさんは、
「カレーライス」と「和風きのこスパゲッティー」
を応援してくれました。



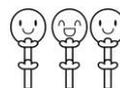
ひなまつり

3月3日は桃の節句ともいい、もとは中国から伝わった上巳の行事と日本のひな遊び(公家の間で行われていた)が合わさったものといわれています。災いなどをはらうために、人形を海や川に流したり、はまぐりのうしお汁やひしもちなどを食べたりします。また、古代の中国では、桃は邪気をはらう神聖な木ともいわれていて、桃の花を浮かべる桃花酒なども飲まれていました。



しょうがくぶ ねんせい ちゅうがくぶ ねんせい こうとうぶ ねんせい
小学部6年生、中学部3年生、高等部3年生のみなさんご卒業おめでとうございます。
特に高等部3年生は、学校給食を食べるのもあと、5日です。ひなずし、ひなあられ、お赤飯、待ってましたの「みそカツ」、巣立ちをお祝いで「すだちゼリー」しっかり味わって食べてください。

ねん かん きゅうしよく
**1年間の給食を
ふりかえろう**
学校給食は、みなさんが元気に成長できるように、エネルギーや栄養素を考えてつくられています。毎日残さずに食べましたか？ また、給食当番の仕事がきちんとできましたか？ 自分自身のことをふりかえってみましょう。



—お知らせ—
4月の給食は、4月12日(火)からです。
4月8日(金)始業式、11日(月)入学式は、給食なし。