

3月の給食こんだて表

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)
ごはん 牛乳 ししゃも変わりあげ ブロッコリーと カリフラワーのサラダ ニラのかきたま汁 いよかん 681kcal 26g 24g	味噌うどん 牛乳 さつまいもの アーモンドがらめ 風味あえ 714kcal 27g 20g	ちらし寿し 牛乳 鶏肉さっぱり煮 小松菜アーモンドあえ おぼろ味噌汁 ひなあられ 703kcal 35g 23g	6年リクエスト献立 片山ひなたさんの献立を 採用し、主菜・デザートに ついては6年生の希望が 多かった献立をもう一つ 採用し、セレクト(選ぶ)給 食にしました。	麦ごはんの エッグカレー 牛乳 青豆サラダ 679kcal 23g 23g
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)
ごはん 牛乳 豆腐の カップハンバーグ 浅漬け 相性汁 699kcal 24g 23g	米粉パン 牛乳 タンドリーチキン フルーツサラダ パンプキンシチュー 626kcal 26g 30g	ごはん 牛乳 鯖ごま味噌焼き のり酢あえ 沢煮椀 ホワイトミニー 677kcal 31g 19g	ビビンバ 牛乳 白菜キムチあえ かきたま若布スープ フルーツ杏仁 625kcal 28g 16g	ごはん 牛乳 親子煮 めぎすフライ 切干の酢の物 678kcal 29g 19g
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)
タコチャーハン 牛乳 野菜春巻き ゆでブロッコリー ふわふわスープ いちご 638kcal 24g 20g	じゃあじゃあ麺 牛乳 中華あえ アーモンドカル 668kcal 30g 18g	ごはん 牛乳 鮭のマヨネーズ焼き もやしカレー風味 豚汁 オレンジ 630kcal 3g 17g	ごはん 牛乳 鶏肉味噌アーモンド がらめ なめたけあえ 豆腐のスープ 691kcal 27g 27g	赤飯 牛乳 鯖の西京焼き 白菜の土佐あえ おぼろ汁 お祝いゼリー 682kcal 26g 16g
22日(月)	4日(木)			
振替休日	きのこごはん たまごスープ (鶏肉照り焼き) (ハンバーグの和風 ソースかけ) ツナマヨサラダ 飲むヨーグルト (アイス)(ケーキ)			