

3月分のきゅうしょくこんだてひょう(3月2日~23日)



ぎゅうにゅう

牛乳は、からだをつくるあかのなかまです。毎回です。

まいかい



日 ・ よ う		パン・ ご は ん	こんだてのなまえ	お か ず の ざ い り よ う			お か ず の ざ い り よ う				
				き	あか	みどり	き	あか	みどり		
				エネルギーになる	からだをつくる	からだのちようしをととのえる	エネルギーになる	からだをつくる	からだのちようしをととのえる		
12	木	ごはん	ぶたにくのたつたあげ ごもくじる よもぎだんご(きなこ)	てんぷん あぶら	ぶたにく けいにく あつあげ	れんこん しょうが にんにく はくさい たまねぎ	てんぷん あぶら まぎだんご	ぶたにく けいにく きなこ	しょうが はくさい たまねぎ にんにく あお ねぎ		
13	金	ごはん	かんとくに きゅうりのうめふうみ とらまめののもの	しょうが さとう	ぶたにく けいにく あつあげ	れんこん しょうが にんにく はくさい たまねぎ だいこん にんにく きゅうり はくさい	しょうが さとう うめふうみ とらまめ	ぶたにく けいにく あつあげ	だいこん にんにく きゅうり はくさい		
16	月	ごはん	チキンレバーカツ ケチャップに キャベツのサラダ ソフトマーガリン	しょうが さとう あぶら	ぶたにく けいにく あつあげ	たまねぎ ピーマン コーン にんにく キャベツ にんにく しめじ ダイスゼリー(みかん)	しょうが さとう あぶら チキンレバー ぶたにく	しょうが さとう あぶら	たまねぎ にんにく さんどまめ キャベツ		
17	火	ごはん	けいにくのはっちょうみそだれかけ ごもくじる きりぼしだいこんのいために	しょうが さとう てんぷん あぶら	えび にんにく ソフトくるまめ	たまねぎ しょうが しょうが にんにく だいこん チンゲンサイ にんにく しいたけ	しょうが さとう あぶら えび ソフトくるまめ	ぶたにく けいにく あつあげ	キャベツ たまねぎ あお ねぎ しいたけ にんにく きりぼし だいこん		
18	水	ごはん	卒業式			卒業式			卒業式		
19	木	ごはん	さけのスパゲッティ キャベツときゅうりのサラダ おさつチップス	さけ しょうが さとう	さけ けいにく けりぶし	ゆずかじゅう たまねぎ にんにく さんどまめ しめじ はくさい なののはな	さけ しょうが さとう おさつチップス	さけ けいにく けりぶし	たまねぎ にんにく かんぴす マヨネーズ キャベツ きゅうり		
23	月	ごはん	まぐろのねぎじょうゆかけ みそしる こうやどうふのいりに	しょうが さとう しょうが さとう	ぶたにく きゅうり	ピーマン たまねぎ にんにく まぎだんご マヨネーズ カリフラワー コーン	しょうが さとう しょうが さとう	ぶたにく きゅうり	まぐろ しょうが はくさい たまねぎ しょうが みょうげ にんにく かんぴす		
10	火	ごはん	いわしフライ みそしる ほうれんそうのごまあえ	しょうが すりごま さとう	いわしフライ しょうが けりぶし	だいこん たまねぎ にんにく もやし あお ねぎ	しょうが すりごま さとう いりごま	ぶたにく けいにく あつあげ	いわし しょうが はくさい たまねぎ しょうが		
11	水	ごはん	とうふのミートグラタン じゃがいもとやさいのスープ はっさく	しょうが しょうゆ しょうゆ しょうゆ	ぶたにく けいにく あつあげ	たまねぎ ピーマン にんにく キャベツ だいこん にんにく はっさく	しょうが しょうゆ しょうゆ しょうゆ	ぶたにく けいにく あつあげ	たまねぎ ピーマン にんにく キャベツ だいこん にんにく はっさく		

しん がっ き きゅうしょく がっ ここのか もく はじ
新学期的給食は、4月9日(木)から始まります。

