

3月分こんだてひょう(中学校)

白(種)	こんだてめい	黄(おもにエネルギーのもとになる)	赤(おもにからだをつくるもとになる)	緑(おもにからだの調子をととのえるもとになる)
2日 (月)	関東煮(★卵) きゅうりの梅風味 とろ豆の煮もの 焼きのり			
3日 (火)	とうふのミートグラタン じゃがいもと野菜のスープ はっさく			
4日 (水)	チキンカレーライス 金時豆と野菜のサラダ いちご			
5日 (木)	豚肉のたつたあげ 五目汁 よもぎだんご			
6日 (金)	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 発酵乳			
9日 (月)	◎卒業祝い献立◎ ビーフケチャップライス フライドポテト キャベツのスープ ダイゼリー (みかん)			
10日 (火)	えびのチリソースいため 中華がゆ ソフト黒豆			
11日 (水)	鶏肉のハン丁みそだれかけ 五目汁 切干しだいごんのいため煮			
12日 (木)	さごしの塩こうじだれかけ さといもと野菜の詰め煮 なのはなのおひたし			
13日 (金)	中学校卒業式			
16日 (月)	いわしフライ みそ汁 まっ茶大豆 ほうれんそうのごまあえ			
17日 (火)	豚肉の香味焼き カレースープ(★大豆) カリフラワーとコーンのサラダ			
18日 (水)	小学校卒業式			
19日 (木)	まぐろのねぎしょうゆかけ みそ汁 高野とうふのいり煮			
23日 (月)	チキンパークツ ケチャップ煮 キャベツのサラダ			

★は除去食対応(卵、大豆)です。