



★ 3/17のお誕生日会は
ロールパン、ミートグラタン
ポトフ、添え野菜 です。
おやつは フルーツパフェです

◎今月の給食目標：仲良く楽しく食べましょう

3月の給食献立表

曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
日	2/27・3/13・27日	2/28・3/14・28日	3/1・15日	2日・16日	3日※・17日※	4日※・18日
給	桜えびとひじきの混ぜご飯 お浸し すまし汁	鶏肉の ねぎマヨポン炒め みそ汁	八宝菜 中華スープ	鮭のマヨネーズ焼き 添え野菜 五目汁	お寿司 すまし汁 いちご	あんかけうどん バナナ
給	桜えび ひじき 豚肉、人参 みりん、酒 醤油、砂糖、油 白菜 油揚げ、小松菜 もやし、すりごま 砂糖、醤油、みりん 麩 かまぼこ 醤油、出汁鰹	鶏肉 酒 人参 青ネギ マヨネーズ ぼん酢 油 麩 わかめ 青ネギ 出汁鰹 味噌	イカ 豚肉 白菜 人参 たけのこ 干し椎茸 きぬさや、もやし 片栗粉、醤油 鶏がらスープ、油 豆腐 もやし、チンゲン菜 中華スープ、醤油	鮭 マヨネーズ アスパラガス トマト 鶏肉 人参 ささがきごぼう 油揚げ しめじ 水菜 出汁鰹 味噌	米 出汁昆布、塩 酢、砂糖、塩 えび、人参、干し椎茸 きぬさや、桜でんぶ 卵、砂糖 醤油、出汁鰹、砂糖 豆腐 かまぼこ 醤油 出汁鰹 いちご	乾麺 鶏肉 人参 干し椎茸 かまぼこ 青ネギ 生姜 砂糖 醤油 片栗粉 出汁鰹 バナナ
10時	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	
3時	牛乳 ほうれん草と チーズの春巻き	牛乳 果物 動物ビスケット	牛乳 コーントースト	牛乳 どら焼き	牛乳 桃ケーキ	★4日は発表会 持ち帰り給食です

★3日(木)の牛乳はカルピスに変わります。

★20日(火)のおやつは牡丹餅です

★29日(水)は、お弁当の日です。

曜	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜
日	6日・20日	7日	8日・22日	9日・23日	10日・24日	11日・25日*
給	チキンナゲット 添え野菜 スープ	彩りひじき みそ汁	豚肉とキャベツの ケチャップ煮 スパゲティサラダ	鯖の梅みそ焼き 和え物 すまし汁	えびのごま団子 コールスロー スープ	カレーピラフ スープ
給	鶏ミンチ 豆腐 小麦粉 片栗粉 砂糖 ケチャップ 鶏がらスープ ブロッコリー 豚肉 白菜 人参 中華スープ、醤油	ひじき 油揚げ かまぼこ ピーマン 人参 糸こんにゃく 粒コーン缶 砂糖、醤油 みりん、ごま油 大根 油揚げ、青ネギ 出汁鰹、味噌	豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ ケチャップ コンソメ、砂糖 醤油、油 サラスパ きゅうり ツナ缶 玉ねぎ マヨネーズ、酢	鯖(さわら) 梅肉 白味噌 みりん 砂糖 小松菜 えのき 砂糖、醤油 大根 玉ねぎ 人参、青ネギ 出汁鰹、醤油	えび 豚ミンチ、玉ねぎ はんぺん、生姜 醤油、天ぷら粉、ごま 片栗粉、砂糖、油、塩 キャベツ ハム 粒コーン缶 マヨネーズ、酢、砂糖 わかめ えのき 鶏がらスープ、醤油	豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン カレー粉 バター 塩 油 わかめ もやし ニラ 中華スープ、醤油
10時	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク	スキムミルク
3時	牛乳 黒みつ団子	牛乳 もちもちチーズパン	牛乳 レーズンスコーン	牛乳 プチ肉まん	牛乳 果物 せんべい	お菓子

きゅうしょくしつより

《 3月3日は ひなまつり 》



日本に伝わり、お祝いするようになったのは、江戸時代からで、この日には、次のようなものを食べます。

- ◎はまぐりの吸い物 … 具が対になっている物以外と合わないことから、縁起が良いとされています。
- ◎ひしもち(菱餅) … 三色がそれぞれ雪や大地の白、桃の花の赤、草の緑という早春の情景をうつし出しています
- ◎白酒 … 昔は甘酒を飲んでいたので。

【春の食材】 旬の食材ほど、安く栄養価が高いものです。地元でとれたものを美味しくいただきたいですね。
〔ブロッコリー、椎茸、ほうれん草、春菊、レタス、踏(ふき)、キャベツ、たけのこ、アスパラガス、
グリンピース、いちご、甘夏、マダイ、サワラ、メバル、シラウオ、アサリ、ハマグリなど〕