



日	曜	献立名	主 な 材 料		
			血や肉になる	働く力になる	体の調子を整える
2	月	ごはん ブロッコリー ごぼうのサラダ	ハムエッグフライ さつま揚げ プチゼリー	ごはん 油 プチゼリー	ブロッコリー ごぼうサラダ 人参 コーン
4	水	カレーライス フルーツ(みかん)	豚小間 牛乳 ウインナー	ごはん じゃがいも 油 カレールウ	人参 玉ねぎ コーン。 キャベツ たまねぎ みかん
6	金	ごはん 中華炒め がんもどきの煮物	たら 魚肉ソーセージ ちくわ磯辺天ぷら がんもどき	ごはん 片栗粉 油 砂糖	チンゲン菜 人参 パイン
9	月	ごはん スナックえんどう さつま芋のサラダ	とりもも プロセスチーズ	ごはん 油 スマイルポテト ニューさつま芋サラダ さつま芋	スナックえんどう 干ぶどう
11	水	《リクエストメニュー》 オム・ハヤシ 鶏肉のから揚げ ブロッコリーのツナ和え	《バイキング》 チーズハンバーグ フレンチポテト プチケーキ	ウインナー レアスランブル ニュッ 豚小間 ハンバーグ 若鶏唐揚げ ツナ マヨネーズ 赤ドレッシング フリーカットケーキ	玉ねぎ たまねぎ マッシュルーム ブロッコリー コーン。 人参
16	月	ごはん ブロッコリー フルーツ(白桃)	たら	ごはん 片栗粉 油 砂糖 里芋	たけのこ水煮 たまねぎ 人参 ブロッコリー 人参 白桃

春の訪れとともに

3月に入り、少しずつ日差しがやわらかくなってきましたね。梅や早咲きの桜も咲き始め、子どもたちの元気な声がいっそう春らしさを感じさせてくれています。
今月も、心に残る給食で、心も体も元気に過ごしましょう！

栄養成分(1カ月平均)
エネルギー 306kcal
タンパク質 11.6g
脂質 10.5g
炭水化物 58.6g
塩分 1.0g

