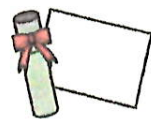


# 3月の予定献立表



食品群	体内ではたらし
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をとのえる

学校給食 栄養基準		G=エネルギー	P=タンパク	F=脂質
	小学	640 kcl	24.0 g	20.0 g
中学	820 kcl	30.0 g	25.0 g	

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。  
※アレルギー食材が使用されているメニューには★印がついています。

こ  
ん  
だ  
て

2/20(火)に、城辺地区の農家の方々から、おいしくて新鮮な野菜をたくさんいただきました。地元でとれた野菜を地元の子供達に食べてほしいという農家の方々の想いがたくさんつまった野菜です(^\_^)プレゼントしていただいた野菜が使われているメニューには◎印がついています。

### 1年間の給食を ふりかえろう

学校給食は、みなさんが元気に成長できるように、エネルギーや栄養素を考えてつくられています。毎日残さずに食べましたか？ また、給食当番の仕事がきちんとできましたか？ 自分自身のことをふりかえってみましょう。

1(木)

揚げパン  
パンプキンスープ ◎  
コールスローサラダ ★  
ネーブル  
牛乳

2(金) ひなまつり献立

ゆかりごはん  
とうがんのみそ汁  
鶏肉の照り焼き  
肉じゃが  
ひなあられ  
牛乳

<p>あ か き</p> <p>3/1(木) パンプキンスープ(かぼちゃ16kg) 3/7(水) かぼちゃと枝豆の煮物(かぼちゃ43kg)</p>	<p>5(月)</p> <p>麦ごはん さつまいものみそ汁 鶏肉のからあげ ひじきの五目炒め チーズ大福 牛乳</p>	<p>6(火) 高校入試~7日</p> <p>きびごはん アーサ汁 豚肉のりんごソースがけ キャベツのおかか和え グレープフルーツ 牛乳</p>	<p>7(水)</p> <p>麦ごはん もずくのみそ汁 さばの塩焼き かぼちゃと枝豆の煮物 ◎ ネーブル 牛乳</p>
<p>み ど り</p> <p>牛乳、きなこ、とりにく、ロースハム コッパン、サラダ油、グラニュー糖、黒糖、バター、薄力粉 かぼちゃ、たまねぎ、パセリ、キャベツ、きゅうり、トマト、ネーブル</p>	<p>牛乳、かまぼこ、妻みそ、とりにく、ぶたにく 精白米、むぎ、きびあまとう、じゃがいも、サラダ油、ひなあられ とうがん、小松菜、長ねぎ、にんにく、たまねぎ、こんにやく、にんじん、きぬさやえんどう</p>	<p>牛乳、きなこ、とりにく、ロースハム コッパン、サラダ油、グラニュー糖、黒糖、バター、薄力粉 かぼちゃ、たまねぎ、パセリ、キャベツ、きゅうり、トマト、ネーブル</p>	<p>牛乳、かまぼこ、妻みそ、とりにく、ぶたにく 精白米、むぎ、きびあまとう、じゃがいも、サラダ油、ひなあられ とうがん、小松菜、長ねぎ、にんにく、たまねぎ、こんにやく、にんじん、きぬさやえんどう</p>

<p>こ ん だ て</p> <p>12(月)</p> <p>麦ごはん 豚汁 白身魚のホイル蒸し 味付のり ネーブル 牛乳</p>	<p>13(火)</p> <p>高菜チャーハン ★ 汁ビーフン 切り干し大根の中華サラダ バナナ 牛乳</p>	<p>14(水)</p> <p>きびごはん 冬瓜と厚揚げのカレー煮 いんげんのしらす和え グレープフルーツ 牛乳</p>	<p>8(木)</p> <p>ビビンバ ★ わかめスープ ミニ肉まん ライチゼリー 牛乳</p>
<p>あ か き</p> <p>牛乳、妻みそ、とりにく、ぶたにく、ひじき 精白米、むぎ、さつまいも、でんぶ、サラダ油、ごま油、チーズ大福</p>	<p>牛乳、アーサ、とうふ、ぶたにく、糸けずり 精白米、もちきび、サラダ油、きびあまとう</p>	<p>牛乳、もずく、とうふ、妻みそ、さば 精白米、むぎ、きびあまとう</p>	<p>牛乳、ぎゅうにく、妻みそ、たまご、わかめ、ぶたにく 精白米、むぎ、きびあまとう、サラダ油、ごま、ごま油、小麦粉、ライチゼリー</p>

<p>こ ん だ て</p> <p>19(月) 食育の日</p> <p>麦ごはん あさりのすまし汁 鶏肉のごまみそ焼き ほうれん草のアーモンド和え ネーブル 牛乳</p>	<p>20(火)</p> <p>きびごはん 根菜汁 かんぴょう炒め 納豆みそ グレープフルーツ 牛乳</p>	<p>21(水)</p> <p>しゅんぶん ひ 春分の日</p>	<p>15(木)</p> <p>麦ごはん キャベツのみそ汁 きびなごのからあげ 大根イリチー ネーブル 牛乳</p>
<p>あ か き</p> <p>牛乳、ぶたにく、妻みそ、キングクリップのり 精白米、むぎ、じゃがいも、きびあまとう</p>	<p>牛乳、ぶたにく、たまご、とりにく、糸けずり 精白米、ごま油、サラダ油、ビーフン、ごま、きびあまとう</p>	<p>牛乳、あつあげ、ぶたにく、チリメン、糸けずり 精白米、もちきび、でんぶ、サラダ油</p>	<p>牛乳、わかめ、妻みそ、きびなご、ぶたにく、かまぼこ 精白米、むぎ、でんぶ、サラダ油</p>

<p>こ ん だ て</p> <p>22(木)</p> <p>黒糖パン にんじんスープ ポークビーンズ ネーブル 牛乳</p>	<p>23(金) 修了式</p> <p>ポークカレーライス おからサラダ バナナ 牛乳</p>
<p>あ か き</p> <p>牛乳、あさり、とりにく、甘口白みそ、かまぼこ 精白米、むぎ、ごま、きびあまとう、アーモンド</p>	<p>牛乳、ぶたにく、妻みそ、かまぼこ、卵、うすあげ、判焼、なっとう、甘口白みそ、赤みそ 精白米、もちきび、サラダ油、きびあまとう</p>

学校給食費は、期限内に納めましょう。 ※牛乳は加工乳の提供になります。

中学3年生が給食を卒業する日がだんだんと近づいてきました。今年も、卒業前の給食を楽しんで食べてもらいたいという想いから、「卒業までにもう一度食べたい給食」と題して、中学3年生限定のアンケートを行いました！3月1日~9日の給食には、リクエストで上位にあがった献立を取り入れています(^\_^)  
3年生のみなさん、リクエストした献立は入っていましたか？卒業前の給食が、みなさんの心と体の栄養となりますように☆

### 城辺地区中学3年生(54名) 「卒業までにもう一度食べたい給食」ランキング！！

<主食の部>	<おかずの部>	<デザート部>
1位 揚げパン	1位 肉じゃが	1位 チーズ大福
2位 そば	2位 からあげ	2位 ケーキ
3位 ビビンバ	3位 肉まん	3位 ライチゼリー