



学校給食献立表



	月	火	水	木	金
献立	2 チーズサラダ あげパン 八宝菜	3 なの花のごまあえ ひなあられ (そばろごはんの具) (麦ごはん) セルフ三色そばろごはん すまし汁	4 とうふサラダ ちりめんこんぶ 麦ごはん 肉じゃがのカレーに	5 根菜サラダ かぼちゃパン 親子うどん	6 紅白なます ケーキ (中3のみ) ソースカツ 赤飯 (せきはん) はんぺん汁
	Kcal 小637 中756 幼507	小658 中803 幼508	小587 中758 幼460	中744 幼432 小学校はありません	小574 中842 幼稚園はありません
	赤 きな粉 牛乳 豚肉 いか うずらの卵 チーズ	鶏肉 豚肉 卵 牛乳 竹輪 ささみ わかめ	牛乳 豚肉 豆腐 こんぶ ちりめん	牛乳 鶏肉 卵 かまぼこ	あずき 牛乳 トンカツ はんぺん わかめ
	黄 パン 砂糖 油 でんぶん ごま油	米 砂糖 油 麦 ごま ひなあられ	米 砂糖 油 麦 じゃがいも こんにやく ごま	パン うどんめん 砂糖 ごま油	米もち米 ごま油 砂糖 ケーキ(中3のみ)
	緑 たまねぎ キャベツ たけのこ 人參 きぬさや きゅうり	たまねぎ いんげん ねぎ なの花 しょうが えのきたけ 人參 もやし キャベツ	たまねぎ 人參 きゅうり いんげん キャベツ	人參 たまねぎ れんこん 大根 ねぎ 乾しいたけ キャベツ	えのきたけ 人參 大根 たまねぎ ねぎ
献立	9 パンサンスー 究極の元気100倍給食 手作り卵やき わかめごはん 春の野菜スープ	10 海そうサラダ いちごジャム 食パン やきそば風スパゲティ	11 ビビンバ丼の具 (麦ごはん) セルフビビンバ丼 わかめスープ	12 ブロccoliの塩ゆで コロッケ ミルクパン ミネストローネ	13 ほうれんそうのバターソース さばのみそに very(ベリー)おいしい和食 ごはん 旬つめだご汁
	Kcal 小614 幼458 中学校はありません	小591 中751 幼535	小672 中832 幼587	小620 中828 幼524	小682 中837 幼558
	赤 牛乳 ベーコン とりにく 卵 わかめ ハム	牛乳 いか ツナ 海そう ちくわ 豚肉	牛肉 みそ わかめ 豚肉 牛乳 豆腐	牛乳 ベーコン コロッケ 白いんげん 大豆	牛乳 さば 油揚げ ベーコン
	黄 米 あぶら ごまあぶら じゃがいも 春雨 さとう	パン スパゲティ 油 バター ごま油 砂糖 ジャム	米 砂糖 油 麦	ミルクパン マカロニ	米油 小麦粉 砂糖 バター
	緑 たまねぎ キャベツ ほうれん草 人參 きぬさや もやし きゅうり	たまねぎ 人參 キャベツ きゅうり レモン きぬさや もやし	人參 ねぎ コーン たけのこ もやし たまねぎ はくさい えのきたけ	たまねぎ キャベツ かぼちゃ コーン 人參 ブロccoli	キャベツ 大根 ごぼう たまねぎ 人參 しょうが ほうれん草
献立	16 ビーンズサラダ やきめし ワンタンスープ	17 フルーツのヨーグルトかけ (丸パン) (ドライカレー) セルフドライカレーサンド ポトフ	18 きわわめのみんぴら ケーキ (幼のみ) シュウマイ (幼1、小中2) ごはん 豚汁	19 かみかみサラダ ひのくにパン 春野菜のシチュー	20 春分の日 昼と夜の長さがほぼ同じになり、この日を境に昼がだんだん長くなっていき夜が短くなる、季節の節目となる日です。
	Kcal 小584 中825 幼406	小588 中732 幼437	小604 中759 幼568	小552 中766	
	赤 豚肉 牛乳 大豆 枝豆 ツナ	牛肉 豚肉 大豆 牛乳 ウィナー ヨーグルト	牛乳 豚肉 わかめ 豆腐 とり肉 天ぷら	牛乳 鶏肉もも さきいか	
	黄 米油 ごま油 麦 ワンタン	ビタパン 油 じゃがいも 新カクテルゼリー	米油 ごま さといも こんにやく 砂糖 ごま油	パン じゃがいも 油 ごま	
	緑 たまねぎ 人參 コーン 乾しいたけ グリーンピース キャベツ ねぎ	たまねぎ 人參 いんげん 桃 しょうが キャベツ パインりんご みかん	人參 ごぼう しょうが ねぎ キャベツ 大根 たけのこ もやし	たまねぎ 人參 しめじ ごぼう グリーンピース キャベツ	
献立	23 野菜のピーナッツあえ ケーキ (小のみ) とりのからあげ 麦ごはん みそ汁	24 コールスローサラダ ケーキ ミルクパン 春雨スープ	ご卒業・ご卒園 おめでとうございます		食生活を ふりかえろう この1年をふりかえてみて、給食の時間の過ごし方や毎日の食事の仕方など、どうだったでしょうか？ <input type="checkbox"/> 好き嫌いなく何でも食べることができた <input type="checkbox"/> マナーを守って食事をすることができた <input type="checkbox"/> 食べ物に興味を持つことができた <input type="checkbox"/> 食事の準備や後片付けに協力することができた <input type="checkbox"/> よくかんで味わって食べることができた <input type="checkbox"/> 食べ物の命、食べ物を作ってくれた人に感謝の気持ちを持つことができた <input type="checkbox"/> 自分で選んで食べるときは、栄養のバランスを考えることができた <input type="checkbox"/> 食間(おやつなど)は、時間と量を決めて食べるということができた(食べすぎなかった) <input type="checkbox"/> 朝ごはんは休みの日も欠かさず食べた
	Kcal 小755 中862	中904 小学校はありません			
	赤 牛乳 油あげ 鶏肉	牛乳 豚肉			
	黄 米 でんぶん 麦 小麦粉 油 ピーナッツ 砂糖	ミルクパン 油 砂糖 春雨 ケーキ			
	緑 たまねぎ えのきたけ ねぎ もやし 大根 キャベツ 人參 こまつな	キャベツ たまねぎ きゅうり 乾しいたけ たけのこ 人參 コーン			