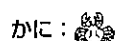
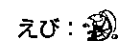
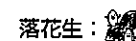
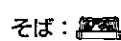
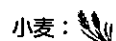


	3月1日(金)	3月4日(月)	3月5日(火)	3月6日(水)
こんだて	たんこのぼらすし ちらしずし たんこのぼらすしのく 牛乳 かきたまじる つめあえ ひなまつりゼリー	ごはん 牛乳 ワンタンスープ やきとりふういため ツナポテト	ビーフカレーライス ごはん ビーフカレー 牛乳 いわしフライ あおないため	せきはん(ごましお) 牛乳 みそしる とりにくのくろずあん ひねどりのゆずサラダ とうにゅうプリンタルト[中学校幼稚園のみ]
こんだて	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> ちらしずしのもと	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> ぎゅうにく <input type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> セロリー <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> グリンピース <input type="checkbox"/> カレールウ <input checked="" type="checkbox"/> トマトピューレ <input checked="" type="checkbox"/> トマトケチャップ <input checked="" type="checkbox"/> とんかつソース <input checked="" type="checkbox"/> ウスターソース <input checked="" type="checkbox"/> カレーこ <input checked="" type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> アルファかまい(もちごめ) <input type="checkbox"/> アルファかまい(うるちまい) <input checked="" type="checkbox"/> あずき <input type="checkbox"/> ごま <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> とうふ <input checked="" type="checkbox"/> あぶらあげ <input checked="" type="checkbox"/> わかめ <input checked="" type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> みそ <input checked="" type="checkbox"/> にぼし(だし) <input checked="" type="checkbox"/> とりにく <input checked="" type="checkbox"/> せいしゅ <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> でんぶ <input checked="" type="checkbox"/> あぶら <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> ピーマン <input checked="" type="checkbox"/> くるず <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ
こんだて	<input type="checkbox"/> やきそば <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> せいしゅ <input checked="" type="checkbox"/> さやいんげん <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> たまご <input checked="" type="checkbox"/> とうふ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> えのきたけ <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> でんぶ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こんぶ(だし) <input checked="" type="checkbox"/> けずりぶし(だし)	<input type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> もやし <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> ワンタンのかわ <input checked="" type="checkbox"/> チキンスープ <input checked="" type="checkbox"/> ちゅうかスープのもと <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> とりにく <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> せいしゅ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> でんぶ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> まぐろのあぶらづけ <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input checked="" type="checkbox"/> パセリ <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> たまご <input checked="" type="checkbox"/> やきぶた <input checked="" type="checkbox"/> とうふ <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> チンゲンサイ <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> こまあぶら <input type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> でんぶ <input checked="" type="checkbox"/> ちゅうかスープのもと <input checked="" type="checkbox"/> チキンスープ <input checked="" type="checkbox"/> とりにく <input checked="" type="checkbox"/> だいず <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> こまあぶら <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> みそ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> せいしゅ <input checked="" type="checkbox"/> でんぶ <input checked="" type="checkbox"/> ポークウイナー <input checked="" type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> パジルペースト <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ひねどり <input checked="" type="checkbox"/> せいしゅ <input checked="" type="checkbox"/> はくさい <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> こめず <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> ゆずかじゅう <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> とうにゅうプリンタルト
こんだて	<input type="checkbox"/> ひなまつりゼリー	<input type="checkbox"/> ひなまつりゼリー	<input type="checkbox"/> ひなまつりゼリー	<input type="checkbox"/> ひなまつりゼリー
こんだて	ごはん 牛乳 かんこくふうすきやき さわらのこうそうやき はりはりづけ	ごはん 牛乳 はくさいスープ ちくわのいそべあげ ひじきとコーンのいために	ごはん 牛乳 にくみそピーンス パジルポテト	ミニバン 牛乳 イタリアンスパゲティ エスニックチキン だいこんサラダ (ちゅうかドレッシング)
こんだて	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> こまあぶら <input checked="" type="checkbox"/> やきどうふ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> はくさい <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> はるさめ <input checked="" type="checkbox"/> ねぶかねぎ <input checked="" type="checkbox"/> いら <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> コチジャン <input checked="" type="checkbox"/> オイスターソース <input checked="" type="checkbox"/> テンメンジャン <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> せいしゅ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> さわら <input checked="" type="checkbox"/> ワインふうちようみりょう <input checked="" type="checkbox"/> パジルペースト <input checked="" type="checkbox"/> オリーブオイル <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> くるこしょう <input checked="" type="checkbox"/> きりぼしだいこん <input checked="" type="checkbox"/> きゅうり <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> こめず	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> あつあげ <input checked="" type="checkbox"/> はくさい <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> チキンスープ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> ちくわ <input checked="" type="checkbox"/> あおさこ <input checked="" type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> てんぶらこ <input type="checkbox"/> あぶら <input checked="" type="checkbox"/> ひじき <input checked="" type="checkbox"/> とうもろこし <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> たまご <input checked="" type="checkbox"/> やきぶた <input checked="" type="checkbox"/> とうふ <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> チンゲンサイ <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> こまあぶら <input type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> でんぶ <input checked="" type="checkbox"/> ちゅうかスープのもと <input checked="" type="checkbox"/> チキンスープ <input checked="" type="checkbox"/> とりにく <input checked="" type="checkbox"/> だいず <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> こまあぶら <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> みそ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> せいしゅ <input checked="" type="checkbox"/> でんぶ <input checked="" type="checkbox"/> ポークウイナー <input checked="" type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> パジルペースト <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ミニバン <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> スパゲティ <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> エリンギ <input checked="" type="checkbox"/> ピーマン <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> トマトケチャップ <input checked="" type="checkbox"/> トマトピューレ <input checked="" type="checkbox"/> とんかつソース <input checked="" type="checkbox"/> ウスターソース <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> とりにく <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> ナンブラー <input type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> カレーこ <input checked="" type="checkbox"/> だいこん <input checked="" type="checkbox"/> きゅうり <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> とうもろこし <input checked="" type="checkbox"/> ちゅうかドレッシング

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・おきしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

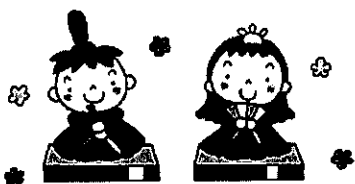
特定原材料表示



(ピーナッツ)

	3月13日(水)	3月14日(木)	3月15日(金)	3月18日(月)	3月平均 栄養量 (小学校4年生)	
こんだて	ごはん 牛乳 にくだんごのスープ あわじたまねぎコロッケ きんぴらごぼう	ごはん 牛乳 ごもくにまめ さばのこようみやき はくさいのしらすあえ	かしわめし 〔ごはん かしわめしのく 牛乳 なめこじる チンゲンサイとえびのソテー	ごはん 牛乳 とうにゅうじる アカエイのこようみだれ わけぎのすみそあえ とうにゅうプリンタルト <small>【小学校のみ】</small>	エネルギー	628kcal
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん	<input type="checkbox"/> ごはん	<input type="checkbox"/> ごはん	<input type="checkbox"/> ごはん	たんぱく質	25.2g
	<input type="radio"/> 牛乳	<input type="radio"/> 牛乳	<input type="radio"/> ひねどり	<input type="radio"/> 牛乳	脂質	27.6%
	<input type="radio"/> とりつくね	<input type="radio"/> とりにく	<input type="radio"/> あぶらあげ	<input type="radio"/> ぶたにく	カルシウム	307mg
	<input type="radio"/> とうふ	<input type="radio"/> だいにく	<input type="radio"/> にんじん	<input type="checkbox"/> さといも	鉄	2.1mg
	<input type="radio"/> チンゲンサイ	<input type="radio"/> にんじん	<input type="radio"/> ごぼう	<input type="radio"/> だいこん	ビタミン	A 230μgRAE
	<input type="radio"/> にんじん	<input type="radio"/> こんにゃく	<input type="radio"/> ししいたけ	<input type="radio"/> ごぼう		B1 0.35mg
	<input type="radio"/> もやし	<input type="radio"/> ごぼう	<input type="checkbox"/> さとう	<input type="radio"/> にんじん		B2 0.50mg
	<input type="radio"/> チキンスープ	<input type="radio"/> たけのこ	<input type="checkbox"/> さとう	<input type="radio"/> はねぎ		C 21mg
	<input type="radio"/> うすくちしょうゆ	<input type="radio"/> こんぶ	<input type="checkbox"/> さとう	<input type="radio"/> ごまあぶら	食塩相当量	2.4g
	<input type="radio"/> しお	<input type="radio"/> こんぶ	<input type="checkbox"/> さとう	<input type="radio"/> とうにゅう	食物繊維	4.7g
<input type="radio"/> こしょう	<input type="checkbox"/> さとう	<input type="checkbox"/> さとう	<input type="radio"/> しるみそ	マグネシウム	80mg	
<input type="checkbox"/> あわじたまねぎコロッケ	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	亜鉛	3.0mg	
<input type="checkbox"/> あぶら	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> けずりぶし(だし)			
<input type="radio"/> ごぼう	<input type="radio"/> さば	<input type="radio"/> ごぼうだんご	<input type="checkbox"/> 牛乳			
<input type="radio"/> にんじん	<input type="radio"/> しょうが	<input type="radio"/> なめこ	<input type="checkbox"/> とうふ			
<input type="radio"/> さつまあげ	<input type="radio"/> にんにく	<input type="radio"/> にんじん	<input type="radio"/> ごぼうだんご			
<input type="radio"/> こんにゃく	<input type="radio"/> うすくちしょうゆ	<input type="radio"/> ねぶかねぎ	<input type="radio"/> なめこ			
<input type="radio"/> グリンピース	<input type="radio"/> こいくちしょうゆ	<input type="radio"/> みそ	<input type="radio"/> にんじん			
<input type="checkbox"/> ごま	<input type="checkbox"/> さとう	<input type="radio"/> にぼし(だし)	<input type="radio"/> みそ			
<input type="radio"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> みりん	<input type="radio"/> チンゲンサイ	<input type="radio"/> せんざりかまぼこ			
<input type="radio"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> ごまあぶら	<input type="radio"/> キャベツ	<input type="checkbox"/> あぶら			
<input type="checkbox"/> さとう	<input type="checkbox"/> ごま	<input type="radio"/> エリンギ	<input type="checkbox"/> ねぶかねぎ			
<input type="checkbox"/> みりん	<input type="radio"/> いちみつとうがらし	<input type="radio"/> えび	<input type="radio"/> せいしゆ			
<input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="radio"/> はくさい	<input type="radio"/> せいしゆ	<input type="radio"/> ちゅうかスープのもと			
	<input type="radio"/> ほうれんそう	<input type="radio"/> しお	<input type="radio"/> しお			
	<input type="radio"/> ちりめんじゃこ	<input type="radio"/> こしょう	<input type="radio"/> こしょう			
	<input type="radio"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> ごまあぶら	<input type="checkbox"/> ごまあぶら			
			<input type="checkbox"/> アカエイのからあげよう			
			<input type="checkbox"/> あぶら			
			<input type="radio"/> せいしゆ			
			<input type="radio"/> しょうが			
			<input type="radio"/> こいくちしょうゆ			
			<input type="radio"/> こめず			
			<input type="checkbox"/> さとう			
			<input type="radio"/> さとう			
			<input type="radio"/> しるみそ			
			<input type="checkbox"/> さとう			
			<input type="radio"/> こめず			
			<input type="radio"/> みりん			
			<input type="radio"/> ゆずかじゅう			
			<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			
			<input type="checkbox"/> とうにゅうプリンタルト			

がっか 3月3日 まつ ひな祭り



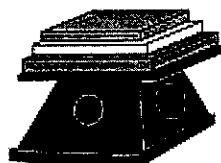
「桃の節句」ともいわれ、ひな人形を飾って女の子の健やかな成長と幸せを願い、お祝いします。

ひし餅やひなあられに使われるピンク・白・緑の3色はそれぞれ、桃の花(ピンク)・雪の大地(白)・木々の芽吹き(緑)を表しています。春の訪れを心待ちにし、子ども達の健康を願う気持ちが込められた大切な行事です。

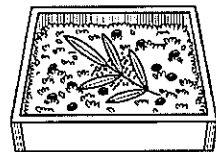
給食では、1日(金)にひな

まつりゼリーが登場します。

お楽しみに!



おめでたい日 せきはんの 赤飯



もち米と小豆を蒸した赤飯は、昔からお祝いの時に食べられてきました。

給食では卒業のお祝いとして、6日(水)を赤飯の献立にしています。

中学3年生のみなさんは、9年間食べた給食ともお別れです。

ね。最後までしっかり食べて、元気に過ごしてくださいね。



○赤の食品…体をつくるもの(たんぱくしつ・むきしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品…体の調子をとのえるもの(ビタミン)