

3月きゅうしよくこんだて



小
給食回数
12回

A
地区

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>2 えねるぎーたんぱくしつ 634Kcal 24.7g 29.2g</p> <p>線キャベツ 焼き肉</p> <p>ごはん 中華スープ</p>	<p>3 食育タイム 707Kcal 23.0g 29.4g</p> <p>元気サラダ</p> <p>メロンパン スパゲティクリームソース</p>	<p>4 こんぶあめ 582Kcal 28.2g 14.2g</p> <p>ひなあられ えびフリッター</p> <p>ちらしずし すまし汁</p>	<p>5 638Kcal 20.6g 21.2g</p> <p>にんじんともやしのソテー おろしハンバーグ</p> <p>ごはん チンゲン菜のスープ</p>	<p>6 668Kcal 23.1g 21.6g</p> <p>ワインゼリー ぼんさんすう 搾三絲</p> <p>もち麦ごはん マーボー豆腐</p>
<p>きいろのなかま: こめ でんぶん ごま さとう あかのなかま: きゅうにく みそ たまご みどりのなかま: チンゲンサイ キャベツ</p>	<p>パン スパゲティ こむぎこ パター さとう あぶら ベーコン チーズ ハム こんぶ かつおぶし きゅうり にんじん コーン たまねぎ しめじ</p>	<p>こめ ふ こむぎこ あぶら さとう ちくわ あぶらあげ しらす えび こんぶ ごぼう いんげん キャベツ しいたけ</p>	<p>こめ ごま さとう あぶら ぎゅうにく ぶたにく ベーコン ぎゅうにく たまねぎ もやし チンゲンサイ にんじん</p>	<p>こめ むぎ でんぶん ごま あぶら はるさめ とうふ ぶたにく みそ ハム たまご きゅうり にんじん たまねぎ しいたけ</p>
<p>9 569Kcal 22.7g 19.4g</p> <p>いんげんソテー しゃもフライ</p> <p>キムチごはん もずく汁</p>	<p>10 食育タイム 610Kcal 22.2g 24.3g</p> <p>セレクト給食</p> <p>ブロッコリーのサラダ</p> <p>あげパン ピンズスープ</p>	<p>11 626Kcal 21.9g 12.1g</p> <p>フルーツ杏仁風プリン ずあ のり酢和え</p> <p>いつもより少く 小ごはん 肉うどん</p>	<p>12 食育タイム 649Kcal 27.3g 23.2g</p> <p>野菜の炒め物 鶏肉のから揚げ</p> <p>紫飯 具だくさんすまし汁</p>	<p>13 699Kcal 20.8g 19.1g</p> <p>フルーツヨーグルト</p> <p>かけてたべる</p> <p>もち麦ごはん カレーライス ルウ</p>
<p>こめ むぎ ごま あぶら さとう あぶら ぶたにく しゃも とうふ もずく ぎゅうにく にんじん コーン たまねぎ いんげん キムチ</p>	<p>パン こむぎこ あぶら さとう きなこ ハム ベーコン ミルク ぎゅうにく ブロッコリー コーン いんげん たまねぎ</p>	<p>こめ めん あぶら さとう ぎゅうにく のり たまご ぎゅうにく ねぎ こまつな もやし にんじん たまねぎ</p>	<p>こめ もちごめ ごま でんぶん こむぎこ あぶら あずき とりにく わかめ ぎゅうにく キャベツ コーン ねぎ にんじん えのき</p>	<p>こめ むぎ じゃがいも こむぎこ パター あぶら さとう ぎゅうにく なまクリーム ヨーグルト にんじん たまねぎ みかん パイン もも</p>
<p>16 食育タイム 579Kcal 22.2g 14.7g</p> <p>野菜のゆかり和え かけてたべる</p> <p>もち麦ごはん 南蛮揚げ丼</p>	<p>17 672Kcal 24.2g 23.9g</p> <p>三色ナムル ヤンニョムチキン</p> <p>ごはん わかめスープ</p>	<p>18 ぞつぎょうしき 卒業式</p> <p>卒業証書</p>	<p>卒業生の皆さんへ</p> <p>6年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。</p> <p>心も体も成長途中であるみなさんにとって、食事から栄養をとること、食事を楽しむことは何よりも大切です。給食で学んだことを、これからの食生活に活かし、新しい生活をよりよくしていきましょう。</p>	
<p>こめ むぎ でんぶん さとう あぶらあげ とりにく ちくわ たまご ぎゅうにく ねぎ きゅうり にんじん たまねぎ キャベツ</p>	<p>こめ でんぶん はちみつ ごま あぶら とりにく わかめ ぎゅうにく たまねぎ もやし にんじん きゅうり</p>			

★リクエスト給食★

3月は、6年生のみなさんが「もう一度食べたい!」と思ってリクエストした給食を取り入れています。リクエストされた献立には★マークをつけていますので、楽しみにしてくださいね!!



1年間の給食の時間をふりかえろう

できたものには□にチェックを入れて、給食時間をふりかえりましょう。

<p><input type="checkbox"/> 協力して給食の準備や後片付けができた。</p>	<p><input type="checkbox"/> 1人分の量を正しく配膳することができた。</p>	<p><input type="checkbox"/> 楽しく会食することができた</p>	<p><input type="checkbox"/> バランスのよい食事のとり方がわかった</p>	<p><input type="checkbox"/> 地域の地場産物をしることができた。</p>	<p><input type="checkbox"/> 感謝の気持ちをもって食べるすることができた。</p>
---	--	---	--	---	--