



| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|---|---|---|

◆◆ 3月の給食目標 ◆◆

給食の反省をしよう。

給食の時間にがんばったことはなんですか？

3月1日は
ひなまつりメニューです。

| | エネルギー | たんぱく質 (グラム) |
|---|-------|-------------|
| 幼 | 465 | 17.4 |
| 小 | 649 | 24.1 |
| 中 | 824 | 29.4 |

●黄(き) ~はたらく力や体温になる~

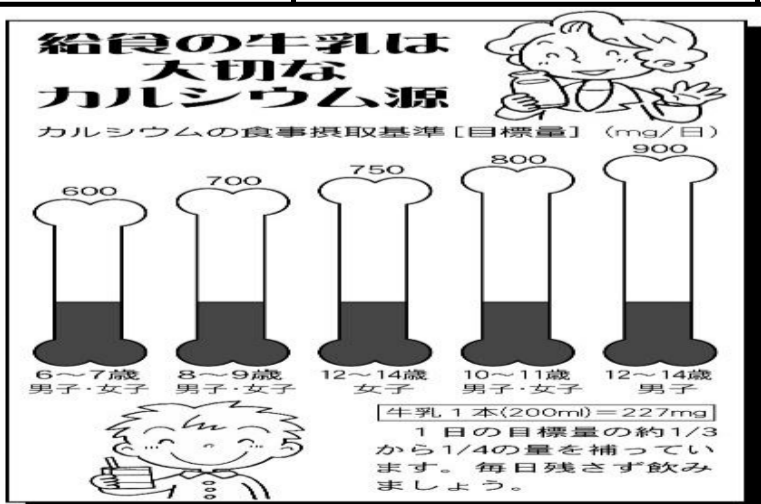
●赤(あか) ~からだをつくる~

●緑(みどり) ~からだの調子をととのえる~

- ・牛乳はあかのなかまです。
- ・ごはん、パン、めん類はきいろのなかまです。

| | | | | |
|--|--|---|---|---|
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| ごはん・牛乳 | クリームパン・牛乳 | ごはん・牛乳 | しおラーメン・牛乳 | ごはん・牛乳 |
| <p>さつまじる</p> <p>黄 さつまいも</p> <p>赤 とうふ・とり肉</p> <p>緑 にんじん・ごぼう・長ねぎ・つきこん</p> <p>ぶたにくのしょうがやき</p> <p>黄 さとう</p> <p>赤 ぶた肉</p> <p>緑 しょうが</p> <p>ほうれん草のごまあえ</p> <p>黄 さとう・ゴマ</p> <p>緑 ほうれん草・もやし・にんじん</p> | <p>ミートボールスープ</p> <p>黄 マロニー</p> <p>赤 ミートボール</p> <p>緑 はくさい・にんじん・長ねぎ・しめじ</p> <p>ジャーマンポテト</p> <p>黄 じゃがいも・油</p> <p>赤 ベーコン</p> <p>緑 玉ねぎ・パセリ</p> <p>ミルクデザート</p> <p>赤 牛乳</p> <p>緑 マンゴーピューレ・パイン・もも・りんご</p> | <p>かきたまみそしる</p> <p>赤 たまご・とうふ・油あげ</p> <p>緑 にんじん</p> <p>チーズハンバーグ</p> <p>黄 パン粉・さとう</p> <p>赤 とり肉・ぶた肉・チーズ</p> <p>緑 玉ねぎ</p> <p>ブロッコリーのおかかあえ</p> <p>赤 かつおぶし</p> <p>緑 ブロッコリー</p> | <p>黄 めん</p> <p>赤 ぶた肉・なると</p> <p>緑 もやし・ほうれん草・長ねぎ・しょうが</p> <p>あげぎょうざ (2コ)</p> <p>黄 油・小麦粉</p> <p>赤 ぶた肉・とり肉</p> <p>緑 キャベツ・玉ねぎ・ニラ</p> <p>すだちゼリー</p> <p>黄 さとう</p> <p>緑 すだち</p> | <p>チキンカレー</p> <p>黄 じゃがいも・油</p> <p>赤 とり肉・牛乳</p> <p>緑 玉ねぎ・にんじん・にんにく・りんご</p> <p>かいそうサラダ</p> <p>黄 ドレッシング</p> <p>赤 かいそう</p> <p>緑 キャベツ・きゅうり・コーン</p> |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| ごはん・牛乳 | ミルクパン・牛乳 | ごはん・牛乳 | わふうスパゲティ・牛乳 | マーボーとうふどん・牛乳 |
| <p>とんじる</p> <p>黄 じゃがいも</p> <p>赤 ぶた肉・とうふ</p> <p>緑 玉ねぎ・にんじん・ごぼう・つきこん・だいこん・長ねぎ</p> <p>なっとう</p> <p>赤 大豆</p> <p>こんぶのいためもの</p> <p>黄 ゴマ・さとう・油</p> <p>赤 ぶた肉・さつまあげ・こんぶ</p> <p>緑 つきこん・にんじん</p> <p>とうにゅうプリン (中学校のみ)</p> <p>黄 さとう</p> <p>赤 とうにゅう</p> | <p>ミネストローネ</p> <p>黄 マカロニ・じゃがいも・さとう</p> <p>赤 ウィナー</p> <p>緑 にんじん・玉ねぎ・トマトピューレ</p> <p>アンサンブルエッグ</p> <p>黄 ポテトフライ・さとう・でんぷん・油</p> <p>赤 たまご・クリームチーズ・ベーコン・牛乳</p> <p>緑 玉ねぎ</p> <p>フルーツゼリー</p> <p>緑 あまなつゼリー・パイン・もも・りんご</p> | <p>かぼちゃだんごじる</p> <p>赤 とり肉・油あげ</p> <p>緑 にんじん・だいこん・かぼちゃもち・ごぼう</p> <p>さばのみそに</p> <p>黄 さとう</p> <p>赤 さば</p> <p>こうみあえ</p> <p>赤 とり肉</p> <p>緑 ほうれん草・長ねぎ・しょうが</p> | <p>黄 スパゲティ・油</p> <p>赤 ベーコン</p> <p>緑 玉ねぎ・干しいたけ・しめじ・えのきたけ・にんにく</p> <p>チキンナゲット (幼・小：2コ 中：3コ)</p> <p>黄 小麦粉・でんぷん・油</p> <p>赤 とり肉</p> <p>ツナサラダ</p> <p>黄 ソンエッグマヨネーズ</p> <p>赤 ツナ</p> <p>緑 レモン果汁・にんじん・玉ねぎ・きゅうり・キャベツ</p> | <p>黄 こめ・ゴマ油</p> <p>赤 ぶたひき肉・とうふ・大豆のひき肉</p> <p>緑 にんじん・キャベツ・玉ねぎ・しょうが・にんにく</p> <p>たまごスープ</p> <p>黄 マロニー</p> <p>赤 たまご・ちくわ</p> <p>緑 ほうれん草・にんじん・しめじ・長ねぎ</p> <p>ヨーグルト</p> <p>黄 さとう</p> <p>赤 脱脂粉乳</p> |

| | | | | |
|--|--|--|------|---------|
| 18 | 19 | 20 | 春分の日 | 修了式・離任式 |
| ごはん・牛乳 | ソフトフランスパン・牛乳 | ごはん・牛乳 | 卒業証書 | おめでとう |
| <p>みそしる</p> <p>黄 じゃがいも</p> <p>赤 油あげ</p> <p>緑 長ねぎ</p> <p>さんまのおかか煮</p> <p>黄 さとう</p> <p>赤 さんま・かつおぶし</p> <p>きりぼしだいこん</p> <p>黄 ゴマ・さとう・油</p> <p>赤 さつまあげ</p> <p>緑 きりぼしだいこん・にんじん・つきこん</p> | <p>シチュー</p> <p>黄 じゃがいも</p> <p>赤 牛乳・ビーンズピューレ</p> <p>緑 にんじん・玉ねぎ・はくさい</p> <p>たまごまきウィンナー</p> <p>黄 さとう</p> <p>赤 たまご・ウィンナー</p> <p>ブロッコリーのごまサラダ</p> <p>黄 ドレッシング</p> <p>緑 ブロッコリー・きゅうり・キャベツ・にんじん・コーン</p> | <p>みそしる</p> <p>赤 とうふ・ふのり</p> <p>しろみ魚フライ (ソース)</p> <p>黄 小麦粉・油</p> <p>赤 ホキ</p> <p>ひじきの五目煮</p> <p>黄 油・さとう</p> <p>赤 とり肉・さつまあげ・ひじき</p> <p>緑 にんじん・しらたき・いんげん</p> | | |



★森町きんりん (おしまひやまかない) でとれる食材の活用よてい★

- 米 (森町・北海道産)
- たまご
- きゅうり
- もやし

※食材の都合により、一部変更する場合がございますので、あらかじめご了承ください。

卒業おめでとうございます！卒業しても、毎日しっかり食事をとり、健康な体をつくってくださいね！

※メニューは、変更する場合がございますので、あらかじめご了承ください。

※学校給食費は、1ヵ月あたり幼稚園児で1,240円・小学生で1,520円・中学生で1,600円、森町より子育て支援策として助成されております。

また、学校給食の食材は、保護者の皆さんが毎月納入されます給食費によってまかなわれています。必ずその月の納入期限日(25日)までに納入されますようご協力よろしくお願いいたします。

年度末が近づいていますので早めに給食費を納めましょう。納め忘れのない口座振替のご活用をお願いします。