

3月の献立

栄養表示について

表示の栄養価は、中学部の
栄養価です。
基準値は以下のとおりです。

エネルギー：740kcal
たんぱく質：24～37g
脂質：20～30%



3月の
給食目標

1年間を振り返って
おいしく食べよう！



3月3日(月)	3月4日(火)	3月5日(水)	3月6日(木)	3月7日(金)
こまつなおひたし じゃがいものオープンやき ひなあられ ごはん じゃぶたじる じゃぶたにくのソテー エネルギー：737kcal たんぱく質：31.8g 脂質：22%	じゃがいものオープンやき じゃぶたにくのソテー じゃぶたにくのかきあげ じゃぶたにくのソテー じゃぶたにくのソテー エネルギー：767kcal たんぱく質：28.9g 脂質：33%	じゃぶたにくのかきあげ じゃぶたにくのソテー じゃぶたにくのソテー じゃぶたにくのソテー エネルギー：745kcal たんぱく質：28.5g 脂質：28%	コールスローサラダ じゃぶたにくのかきあげ じゃぶたにくのソテー じゃぶたにくのソテー エネルギー：726kcal たんぱく質：25.5g 脂質：16%	キャロットマフィン じゃぶたにくのかきあげ じゃぶたにくのソテー じゃぶたにくのソテー エネルギー：762kcal たんぱく質：32.0g 脂質：28%
3月10日(月)	3月11日(火)	3月12日(水)	3月13日(木)	3月14日(金)
こもくひじき じゃぶたにくのかきあげ じゃぶたにくのソテー じゃぶたにくのソテー エネルギー：708kcal たんぱく質：28.3g 脂質：23%	はるさめのいためもの じゃぶたにくのかきあげ じゃぶたにくのソテー じゃぶたにくのソテー エネルギー：735kcal たんぱく質：32.0g 脂質：25%	こうはくなます じゃぶたにくのかきあげ じゃぶたにくのソテー じゃぶたにくのソテー エネルギー：738kcal たんぱく質：30.6g 脂質：24%	卒業式	コーンサラダ じゃぶたにくのかきあげ じゃぶたにくのソテー じゃぶたにくのソテー エネルギー：748kcal たんぱく質：34.4g 脂質：32%

(食材の都合で変更することがあります)





3月3日(月)
ひなまつり献立

給食で
ひなまつり気分を
味わいましょう♪



3月6日(木)
なかよし給食

アレルギーのある人もない人も、
みんなでおいしく♥楽しく♪食べ
ましょう！
牛乳の代わりに野菜ジュースが
付きます。



卒業生の思い出
給食メニュー

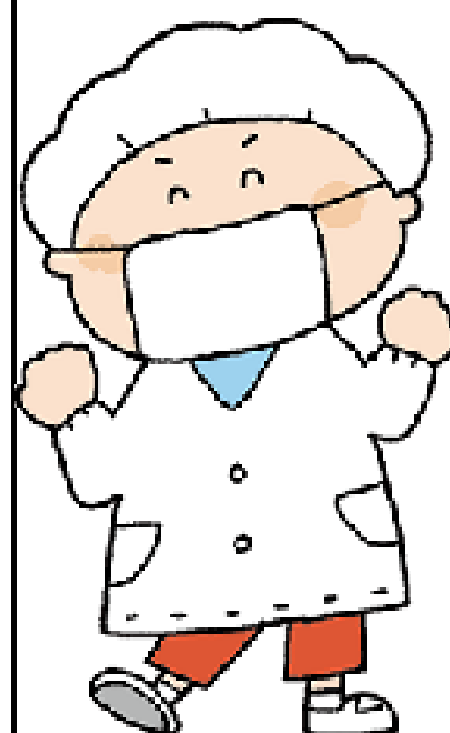
卒業生に「もう一度食べたい給食メニューアンケート」を実施
しました。「やっぱりね！」と納得の人気メニューから
「えっ！」と思うようなメニューまであります。

卒業してからも、友達や先生と食べたおいしい給食
のことを思い出してくれるとうれしいです♪



小学部6年生

主食：♪ラーメン、しょくパン+♪てづくりジャム
♪ごはん、さつまいもごはん、くりごはん
主菜：♪ぶたにくのいためもの、♪さばみそに
♪からあげ、♪てづくりハンバーグ
副菜：♪ポテト、♪きゅうり
汁物：♪じゃがいものみそしる、♪とうふのみそしる
わかめのみそしる、♪ぶたじる
デザート：♪マフィン、♪アイス



中学部3年生

主食：♪ラーメン、♪バタートースト、うどん
主菜：♪からあげ、♪あかうおのてりやき
♪ぐだくさんたまごやき
副菜：♪はるさめのいためもの、やきやさい
♪ごもくひじき
汁物：♪なめこのみそしる、♪とんじる、キムチスープ
デザート：♪アイスクリーム、つきみだんご
スイートポテト

♪マークがついた
料理が登場
しているよ！



高等部3年生

主食：♪ラーメン、カレーうどん、カレー
主菜：♪からあげ、♪てんぷら、さけ
副菜：♪ナムル、♪コールスローサラダ、やさしいため
汁物：♪コーンスープ、♪ぶたじる、♪わかめスープ
デザート：♪シューアイス、いちごムース、フルーツポンチ

