

月	火	水	木	金
<p>3月3日 ひなまつり</p>  <p>こんげつは、おいしいデザートがでるよ。おたのしみに♪</p>		<p>もやしの手あえ ミニココアあげパン</p> <p>ちゅうかめん</p> <p>ながき チャンポンスープ</p>	<p>2[ひなまつり献立]</p> <p>のほなあえ あかうおのしろしょうゆやき</p> <p>ちらし ずし</p> <p>すまし じる</p>	<p>3</p> <p>チキンサラダ メンチカツ</p> <p>パンズ パン</p> <p>はくさいの スープ</p>
		<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>536 696 702 23.2 30.9 31.9 16.3 22.5 22.2 2.2 2.9 2.9</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>497 605 741 18.9 24.5 28.9 7.8 11.3 12.4 1.8 2.1 2.6</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>515 724 867 17.8 25.4 29.5 23.1 32.5 37.7 2.4 3.0 3.6</p>
		豚肉、えび、いか、なると、牛乳	牛乳、赤魚白醤油漬、木綿豆腐、なると	牛乳、メンチカツ、鶏肉、ベーコン
		きくらげ、キャベツ、にんじん、もやし、にんにく、きゅうり、コーン	ちらし寿司の具、なほな、キャベツ、もやし、にんじん、えのき、干しいたけ、糸みつば	キャベツ、コーン、たまねぎ、にんじん、はくさい、マッシュルーム
	中華めん、米油、かたくり粉、ミルクココア、ごま油、上白糖、らー油、ミニココアパン、大豆油	米、上白糖、里芋、桜もち、いちごゼリー	バターココアパン、大豆油、卵なしパズ、じゃがいも	
<p>6[SDGs献立:さんま]</p> <p>ひじきのいために さんまのみじに</p> <p>ごはん</p> <p>どさんこ じる</p>	<p>7</p> <p>ゆかりづけ ぎゅうにくどんのぐ</p> <p>ごはん</p> <p>にらたま じる</p>	<p>8</p> <p>おかかあえ たいやき</p> <p>ソフトめん</p> <p>ほんかくだい うどんじる</p>	<p>9</p> <p>ごぼうゴマクリームサラダ でこぼん</p> <p>ポークカレー</p>	<p>10[中学校卒業お祝い献立]</p> <p>さわやんドレッシングサラダ てりやきチキン</p> <p>アップル パン</p> <p>クリーム シチュー</p>
<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>450 609 773 18.3 24.6 29.4 16.0 21.1 24.2 2.0 2.5 3.3</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>423 600 753 18.0 25.5 30.3 15.6 22.4 25.6 1.5 1.9 2.3</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>517 605 723 24.6 30.4 35.8 10.7 15.5 19.3 2.2 2.7 3.1</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>492 685 848 12.4 18.3 21.5 16.0 23.2 26.2 2.0 2.6 3.0</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>697 870 976 24.2 30.6 33.1 29.7 36.6 39.6 2.4 3.0 3.5</p>
	牛乳、さんまの紅葉煮、ひじき、大豆、油揚げ、鶏肉、豚肉、木綿豆腐、わかめ、みそ	牛乳、牛肉、木綿豆腐、卵	鶏肉、なると、油揚げ、牛乳、焼き竹輪、かつお節	豚肉、牛乳
	にんじん、インゲン、たまねぎ、コーン	しょうが、ごぼう、たまねぎ、インゲン、だいこん、きゅうり、キャベツ、にら、干しいたけ、にんじん	だいこん、にんじん、はくさい、干しいたけ、ねぎ、ほうれん草、もやし、キャベツ	たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、デコポン、ごぼう、きゅうり、キャベツ
	米、こんにやく、米油、上白糖、じゃがいも、バター	米、こんにやく、上白糖、かたくり粉	ソフトめん、鯛やき、和風ドレッシング	米、麦、じゃがいも、米油、卵なしパズ、上白糖、ごま
<p>13[食育の日献立]</p> <p>せんだいふのもの てづくりミートローフ</p> <p>ごはん</p> <p>たむらし みそじる</p>	<p>14</p> <p>ちゅうかサラダ とりのからあげ(幼小2、中3個)</p> <p>むぎ ごはん</p> <p>はるさめ スープ</p>	<p>15</p> <p>チーズサラダ ハムステーキ</p> <p>スパゲッティ めん</p> <p>トマトスープ</p>	<p>16[幼稚園卒園お祝い献立]</p> <p>こんにやくサラダ ぶたにくのじゅうねんみそかけ</p> <p>ごはん</p> <p>ピリからとりごぼろ スープ</p>	<p>17</p> <p>だいにんとハムのマリネ スティックハンバーグ (中学校、スティックケバブ)</p> <p>ドッグ パン</p> <p>コンクリーム スープ</p>
<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>440 625 784 19.6 27.1 32.4 13.4 19.7 22.3 1.9 2.5 3.1</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>446 609 790 15.9 21.5 26.8 14.8 20.0 24.2 1.3 1.5 1.9</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>537 694 896 20.7 27.9 34.7 19.6 27.2 31.3 2.0 2.8 3.1</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>538 749 930 21.1 29.5 34.8 23.7 32.6 37.5 1.9 2.5 2.9</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>594 690 805 25.1 30.3 33.9 20.4 26.2 29.6 2.4 2.8 3.2</p>
	牛乳、鶏肉、豚肉、大豆ミート、卵、木綿豆腐、油揚げ、みそ	牛乳、鶏肉のから揚げ、鶏肉、わかめ、豚肉	ベーコン、牛乳、ポロニアステーキ、チーズ	牛乳、豚肉、みそ、ハム、鶏肉、木綿豆腐
	たまねぎ、にんにく、ミックスベジタブル、だいこん、にんじん、えのき、しょうが、はくさい、ねぎ	もやし、きゅうり、にんじん、チンゲン菜、ねぎ、干しいたけ	にんにく、たまねぎ、にんじん、ぶなしめじ、トマト、パセリ、キャベツ、フロコリー、コーン	しょうが、にんじん、えだまめ、だいこん、ごぼう、チンゲン菜、干しいたけ、にんにく、オレンジ、りんご、パイナップル
	米、パン粉、こんにやく、油麩、ごま油、上白糖、さつまいも	米、麦、パン粉、ドレッシング、春雨、ごま油	スパゲッティめん、オリーブ油、上白糖、フレッシュドレッシング、コンソメドレッシング	米、上白糖、えごま、ごま、こんにやく、卵なしパズ
<p>20[CA&かむ献立]</p> <p>たくあんあえ さんまのなんぼんづけ</p> <p>ごはん</p> <p>しみどうふの みそじる</p>	<p>21</p> <p>春分の日</p> 	<p>22[小学校卒業お祝い献立]</p> <p>ナムル シュウマイ(小2、中3個)</p> <p>ちゅうか めん</p> <p>サンラータン メンスープ</p>	<p>23</p> <p>そつぎょうしき</p> 	<p>1ねんかんを ふりかえって みよう!</p> 
<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>508 605 770 19.2 20.8 25.4 20.6 24.1 28.4 2.1 2.4 2.8</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>603 683 742 24.3 29.0 32.2 15.4 20.0 22.0 2.2 2.6 3.2</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>603 683 742 24.3 29.0 32.2 15.4 20.0 22.0 2.2 2.6 3.2</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>603 683 742 24.3 29.0 32.2 15.4 20.0 22.0 2.2 2.6 3.2</p>	<p>幼稚園 小学校 中学校</p> <p>603 683 742 24.3 29.0 32.2 15.4 20.0 22.0 2.2 2.6 3.2</p>
	牛乳、さんま、塩昆布、かつお節、凍み豆腐、みそ	豚肉、木綿豆腐、牛乳、シュウマイ	豚肉、木綿豆腐、牛乳、シュウマイ	豚肉、木綿豆腐、牛乳、シュウマイ
	たまねぎ、パプリカ、キャベツ、にんじん、こまつな、たくあん、レモン、はくさい、だいこん、ねぎ、ほうれん草	はくさい、もやし、にんじん、にら、たけのこ、ねぎ、きくらげ、干しいたけ、ほうれん草	はくさい、もやし、にんじん、にら、たけのこ、ねぎ、きくらげ、干しいたけ、ほうれん草	中華めん、かたくり粉、ごま油、上白糖、クレープ、ラー油

こんげつのためあて



1ねんかんのはんせいをしよう



□ きょうりよくして
きゅうしよくのじゅんぴ
をすることができた



□ ひとりぶんのりょうを
きれいにもちつけること
ができた



□ すききらいしないで
たべることができた



□ ちいきでとれる
たべものをしることが
できた



□ かんしゃのきもちを
もってたべることが
できた

