



げつようび			かようび			すいようび			もくようび			きんようび											
<p>3日がおひなまつりなので、3日はひしもちと同じ色の「おひなさまゼリー」を3段で作ります</p> <p>3月の コンセプト 春の食材で 体を目覚めさせよう</p> <p>※材料などの都合でその日の献立が 変更になる場合もあります。ご了承ください。 ※4月は2~6年は13日(月)に、1年は22日(水)に給食がはじまります。 ※給食費は月額4400円です。3月の引き落としは3月9日と23日です。決算の月なので、お早めに入金お願いします。</p>												<p>表示の説明</p> <p>おもにねつやちからのものになるしょくひん</p>			<p>上のだんの数字</p> <p>おもにからだをつくるしょくひん</p>			<p>エネルギーkcal</p> <p>たんぱく質g</p> <p>おもにからだのちようしをととのえるしょくひん</p>					
<p>2日</p> <p>ごはん</p> <p>とりとピーマンのマヨしょうゆいため</p> <p>とんじり</p> <p>634kcal 31.1g</p>			<p>3日</p> <p>おひなさまゼリー</p> <p>おひなさまゼリー</p> <p>ゆばのすまし汁</p> <p>555kcal 24g</p>			<p>4日</p> <p>とりにくのおまからいため</p> <p>ほうれんそうのチャーメン</p> <p>ふんわりたまごちゅうかスープ</p> <p>652kcal 25.2g</p>			<p>5日</p> <p>ほうれんそうとあじのさけ</p> <p>まきそば</p> <p>さつま芋のみそ汁</p> <p>604kcal 27.8g</p>			<p>6日</p> <p>めかぶうどん</p> <p>はるのあじ</p> <p>がね</p> <p>614kcal 20.3g</p>											
<p>こめ どんぶり</p> <p>きゅうとうゆ</p> <p>ピーマン ごぼう</p> <p>ごめあぶら</p> <p>ごめあぶら</p> <p>マヨネーズ</p> <p>さといも</p>			<p>こめ さとう</p> <p>きゅうとうゆ</p> <p>ごめあぶら</p> <p>さんおんとう</p> <p>カルピス</p>			<p>こめ むぎ</p> <p>きゅうとうゆ</p> <p>ごめあぶら</p> <p>どんぶり</p> <p>ごめあぶら</p> <p>さんおんとう</p>			<p>こめ むぎ</p> <p>きゅうとうゆ</p> <p>ごめあぶら</p> <p>さんおんとう</p> <p>ごめあぶら</p> <p>ごめあぶら</p>			<p>うどん こま</p> <p>さつま芋</p> <p>ごめあぶら</p> <p>ごめあぶら</p> <p>さんおんとう</p> <p>ごめあぶら</p>											
<p>9日</p> <p>ちくわと</p> <p>ごぼうのさつまあげ</p> <p>さんときまめ</p> <p>かすじり</p> <p>726kcal 24.7g</p>			<p>10日</p> <p>いごごろ</p> <p>2からーと</p> <p>はるやさい</p> <p>674kcal 28.2g</p>			<p>11日</p> <p>あぶらぶんどんぶり</p> <p>せんたいいも</p> <p>648kcal 21.1g</p>			<p>12日</p> <p>やきとり</p> <p>みかんゼリー</p> <p>ピルン</p> <p>695kcal 29.2g</p>			<p>13日</p> <p>パスタ</p> <p>こめこのはちみつケーキ</p> <p>697kcal 22.4g</p>											
<p>こめ むぎ</p> <p>ごめあぶら</p> <p>ごめあぶら</p> <p>さんおんとう</p> <p>さんときまめ</p> <p>じょうはくとう</p>			<p>こめ いりパン</p> <p>きゅうとうゆ</p> <p>ごめあぶら</p> <p>さんおんとう</p> <p>じゃがいも</p>			<p>こめ むぎ</p> <p>きゅうとうゆ</p> <p>ごめあぶら</p> <p>せんたいいも</p> <p>こんにゃく</p>			<p>こめ むぎ</p> <p>きゅうとうゆ</p> <p>ごめあぶら</p> <p>さんおんとう</p> <p>じゃがいも</p>			<p>スパゲティ</p> <p>きゅうとうゆ</p> <p>ごめあぶら</p> <p>ごめあぶら</p> <p>ごめあぶら</p>											
<p>16日</p> <p>パン</p> <p>せりおあげパン</p> <p>736kcal 26.2g</p>			<p>17日</p> <p>カレーライス</p> <p>はるのあじ</p> <p>はるのさめ</p> <p>596kcal 24g</p>			<p>18日</p> <p>いりパン</p> <p>うすみそ</p> <p>596kcal 24g</p>			<p>19日</p> <p>卒業・進級おめでとう南校</p> <p>607kcal 23.1g</p>			<p>卒業・進級おめでとう南校</p> <p>607kcal 23.1g</p>											
<p>パン</p> <p>ごめあぶら</p> <p>じょうはくとう</p> <p>グラニューとう</p> <p>でんぷん</p> <p>ワンタンのかわ</p>			<p>こめ むぎ</p> <p>きゅうとうゆ</p> <p>ごめあぶら</p> <p>ごめあぶら</p> <p>ごめあぶら</p>			<p>こめ むぎ</p> <p>きゅうとうゆ</p> <p>ごめあぶら</p> <p>ごめあぶら</p> <p>ごめあぶら</p>			<p>こめ あか</p> <p>きゅうとうゆ</p> <p>ごめあぶら</p> <p>ごめあぶら</p> <p>ごめあぶら</p>			<p>こめ あか</p> <p>きゅうとうゆ</p> <p>ごめあぶら</p> <p>ごめあぶら</p> <p>ごめあぶら</p>											
<p>16日はすきなあげパンをえらびます!</p> <p>きなこの場合 736kcal 26.2g</p> <p>ココアの場合 708kcal 24.2g</p> <p>粉雪の場合 741kcal 24.1g</p>												<p>春が少しずつ近づいてきていますね。そのほか、春に出まわる苦味のある食べ物(菜花など)を食べることで、冬の間に溜めこんだ老廃物を身体から出してくれます。それらの野菜や、春にとれたもののおいしいといわれるわかめ、めかぶ、桜エビなども登場します。</p> <p>5日 「わかめ」や「めかぶ」もおいしく食べる子になってほしいという思いでうどんを作ります。組み合わせのおかずは宮崎県の郷土料理の「がね」です。</p> <p>11日 「3・11を忘れない!復興応援献立」で仙台油麩丼と仙台芋煮、デザートは東北でとれるリンゴで作ります。</p> <p>18日 久しぶりに「磯辺チーズもち」を出します。組み合わせの汁はうどんを入れた「打ち込み汁」です。</p> <p>19日 6年生にとっては小学校の給食最終日ということで、赤米を使ったおめでとうご飯・豚の角煮・桜えびを使った春のかきたま汁に、17日がお彼岸の入りなので、「ぼたもち」のかわりに「あずきのデザート」を作ります。</p>											
<p>6年生は小学校生活最後の給食となります。味わってほしいですね。19日は卒業・進級おめでとう献立です。</p> <p>こんだてのなかから</p>																							