



3月の予定献立表



*材料、そのほかの都合により献立を変更することがあります。
*魚や肉にはほねがついていることがありますので、よくかんで気をつけて食べましょう

| | |
|------|------------|
| 食品群 | 体内ではたらく |
| 赤の食品 | 血や肉、骨をつくる |
| 黄の食品 | 働く力や体温となる |
| 緑の食品 | 体の調子をどとのえる |

| | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|--|---|--|---|--|
| こ ん だ て あ か き み ど り | <h2>あなたの給食の思い出は？</h2> <p>いよいよ今年度も最後の月となりました。この1年間どんな給食の思い出ができましたか？友だちや先生と楽しくすごせたこと、苦手な食べ物が食べられるようになったこと・・・ひとりひとり、さまざまな思い出があることでしょう。今のクラスで給食を食べるのも残すところあとわずかです。1日1日を大切にすごしてくださいね。</p> | | <h2>南城市産の食材</h2> <p>○もずく ○きゅうり ○バジル ○ピーマン ○いちご</p> | | <h2>今月の欠食予定</h2> <p>6日(水) 中学校3年生 7日(木) 中学校3年生 11日(月) 中学校 21日(木) 小学校</p> | | <h2>1(金) ひなまつり献立</h2> <p>中学のみ：いちご ひなあられ ちくぜんに ちらしずし はまぐりと麩のすまし汁</p> | | | |
| | <h2>4(月)</h2> <p>中3のみ：いちごのおもち なのはなあえ ごはん 麻婆豆腐</p> | | <h2>5(火) 高校入試応援献立</h2> <p>いよかんゼリー(いよかん♪) とんかつ 福神漬け きびごはん カレー</p> | | <h2>6(水) 弁当の日</h2> | | <h2>7(木)</h2> <p>うまかってん からしないため ごはん かしわ汁</p> | | <h2>8(金) 中3は左下の献立を見てね♪</h2> <p>いちごのおもち めん みそラーメン ごぼうサラダ</p> | |
| | <p>ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく ぶたレバー みそ</p> | | <p>ぎゅうにゅう ぶたにく だいたい ぶたレバー だっしふんにゅう とんかつ</p> | | <p>ぎゅうにゅう</p> | | <p>ぎゅうにゅう あつあげ かまぼこ ツナ缶 とりにく こんぶ みそ</p> | | | |
| | <p>こめ だいたい油 ごま油 さとう でんぶん ごま (いちごのおもち:中3のみ)</p> | | <p>こめ きび じゃがいも だいたい油 マーガリン こむぎこ いよかんゼリー</p> | | | | <p>こめ だいたい油 うまかってん</p> | | | |
| | <p>しいたけ にんじん たまねぎ たけのこ しょうが なのはな きゅうり きゃべつ コーン</p> | | <p>たまねぎ にんじん ピーマン 福神漬け</p> | | | | <p>からしな にんじん もやし だいたいこん こまつな</p> | | | |
| <h2>11(月)</h2> <p>いちご (玉小・船小・百小 佐小・馬小のみ) スタミナどん 魚のピザやき きびごはん</p> | | <h2>12(火)</h2> <p>いちご (南小・北小・知小のみ) 平つくね ごはん だいたいこんの オイスターソース煮</p> | | <h2>13(水)</h2> <p>さばのごまみそかけ おかかあえ ごはん はんぺんすまし汁</p> | | <h2>14(木)</h2> <p>もものタルト ガバライス ごはん 寒天わかめスープ</p> | | <h2>15(金)</h2> <p>ウインナーのチリソースかけ 全粒粉パン クリームコーンスープ</p> | | |
| <p>ぎゅうにゅう ぶたにく ホキ チーズ</p> | | <p>ぎゅうにゅう とりにく あつあげ うずらのたまご 平つくね</p> | | <p>ぎゅうにゅう さば みそ かつおぶし はんぺん かまぼこ とうふ わかめ</p> | | <p>ぎゅうにゅう とりにく だいたい とうふ ちくわ わかめ</p> | | | | |
| <p>こめ きび だいたい油 さとう でんぶん</p> | | <p>こめ だいたい油 さとう</p> | | <p>こめ さとう ごま</p> | | <p>こめ さとう ごま油 もものタルト</p> | | | | |
| <p>たまねぎ にんじん こんにやく こまつな たけのこ しょうが ピーマン コーン (いちご)</p> | | <p>だいたいこん にんじん きくらげ チンゲンサイ しょうが (いちご)</p> | | <p>しょうが こまつな きゅうり もやし にんじん えのきたけ</p> | | <p>たまねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン しめじ バジル たけのこ こんにやくかんてん</p> | | | | |
| <h2>18(月)</h2> <p>小6：ピーチコンポート その他：ニューサマー1/4 さんまのかぼすレモン煮 ごはん すきやき</p> | | <h2>19(火) 小6は下の献立を見てね♪</h2> <p>ピーチコンポート ひじきいため ごはん いしかりじる</p> | | <h2>20(水) 春分の日</h2> | | <h2>21(木)</h2> <p>ヤンニョムチキン ナムル 五目ごはん もずくとあさりのみそ汁</p> | | <h2>22(金) 修了式</h2> | | |
| <p>ぎゅうにゅう ぎゅうにく とうふ さんま</p> | | <p>ぎゅうにゅう ひじき ぶたにく チキアギ だいたい あぶらあげ さけ みそ</p> | | | | <p>ぎゅうにゅう とりにく ちくわ あぶらあげ わかめ もずく とうふ あさり みそ</p> | | | | |
| <p>こめ だいたい油 さとう</p> | | <p>こめ だいたい油 さとう</p> | | | | <p>こめ おおむぎ だいたい油 こむぎこ でんぶん さとう みずあめ ごま ごま油</p> | | | | |
| <p>にんじん こんにやく たまねぎ ながねぎ はくさい ほうれんそう ニューサマー (ピーチコンポート)</p> | | <p>こんにやく にんじん きゃべつ たら だいたいこん はくさい しめじ ねぎ ピーチコンポート</p> | | | | <p>にんじん ごぼう しいたけ グリンピース しょうが もやし きゅうり えのきたけ ながねぎ</p> | | | | |
| <h2>8(金) 中3 卒業お祝い献立</h2> <p>手作りカップケーキ めん サイコロステーキ みそラーメン ごぼうサラダ</p> | | <h2>19(火) 小6 卒業お祝い献立</h2> <p>てづくりカップケーキ ひじきいため かぼちゃグラタン ごはん いしかりじる</p> | | <h2>4月の給食は8日(月)からはじまります♪</h2> | | <h2>4月8日(月) 始業式</h2> <p>おいおいデザート クープイリチー ごはん イナムルチ</p> | | <h2>4月9日(火) 入学式</h2> <p>しゅうまい ピピンパ ごはん はるさめスープ</p> | | |
| <p>ぎゅうにゅう ぶたにく なると わかめ みそ とりさきみ たまご ぎゅうにく</p> | | <p>ぎゅうにゅう ひじき ぶたにく チキアギ だいたい あぶらあげ さけ みそ たまご グラタン</p> | | | | <p>ぎゅうにゅう ぶたにく かまぼこ あぶらあげ みそ こんぶ</p> | | | | |
| <p>めん ごま油 ごま ノンエッグマヨネーズ でんぶん こむぎこ さとう パター チョコレート</p> | | <p>こめ だいたい油 さとう こむぎこ パター チョコレート</p> | | | | <p>こめ だいたい油 さとう おいおいデザート</p> | | | | |
| <p>にんじん きゃべつ もやし コーン ながねぎ しょうが ごぼう きゅうり たまねぎ</p> | | <p>こんにやく にんじん きゃべつ たら だいたいこん はくさい しめじ ねぎ</p> | | | | <p>こんにやく しいたけ 切干だいこん にんじん</p> | | | | |

※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に別紙の「献立表(アレルギー)」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学校においても毎日確認してください