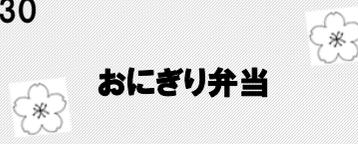


# うれしい給食 1号

令和8年3月

月	火	水	木	金
<b>2</b> 野菜たっぷりラーメン ブロッコリーのおかか和え オレンジ  <small>○中華そば 豚肉 きゃべつ 太もやし 人参 中華料理の素 ○ブロッコリー 人参 かつお節 砂糖 濃口 みりん</small>	<b>3</b> ちらし寿司 和風サラダ みそ汁 三色花ゼリー  <small>○精白米 ちらし寿司の素 菜の花 きざみのり ○きゃべつ きゅうり 人参 わかめ ツナ 砂糖 濃口 酢 ごま油 ○なめこ 玉ねぎ 黒潮だし 白みそ みりん</small>	<b>4</b> ごはん さばの煮付け 切干大根の和え物 洋風スープ バナナ  <small>○精白米 ○さば 土生姜 砂糖 濃口 みりん 酒 ○切干大根 人参 きゅうり 黒潮だし 砂糖 酢 淡口 ○白菜 じゃが芋 フイヨン</small>	<b>5</b> お弁当  	<b>6</b> ごはん 関東煮 いんげんの和え物 すまし汁 黄桃  <small>○精白米 ○じゃが芋 厚揚げ ごぼう天 竹輪 板こんにやく 黒潮だし 砂糖 濃口 みりん 酒 ○いんげん 人参 黒潮だし 砂糖 濃口 みりん ○ほうれん草 玉ねぎ 黒潮だし 淡口 みりん</small>
おにぎり(塩昆布) お茶	お菓子 牛乳	揚げパン 牛乳	りんご蒸しパン 牛乳	お菓子 牛乳
<b>9</b> ☆お誕生日会☆ ピラフ きゃべつのゆかり和え 洋風スープ りんご シュークリーム  <small>○精白米 ベーコン 玉ねぎ 人参 コーン グリンピース フイヨン ○きゃべつ ゆかり 淡口 ○大根 小松菜 フイヨン</small>	<b>10</b> ごはん 肉じゃが ほうれん草のごま和え 中華スープ オレンジ  <small>○精白米 ○豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 突きこんにやく グリンピース 黒潮だし 砂糖 濃口 みりん 酒 ○ほうれん草 太もやし 人参 白ごま 砂糖 濃口 みりん ○チンゲン菜 えのき 中華料理の素</small>	<b>11</b> ☆さようなら会☆特別給食 ふりかけごはん 鶏の照り焼き ブロッコリーのツナマヨ和え ナポリタン フライドポテト みそ汁 フルーツゼリー カルピス  <small>○精白米 ○鶏肉 濃口 砂糖 みりん 酒 ○ブロッコリー ツナ マヨドレ 砂糖 濃口 ○スパゲティ 玉ねぎ ピーマン ケチャップ 砂糖 ○シューストリングポテト ○麩 黒潮だし 白みそ みりん</small>	<b>12</b> お弁当  	<b>13</b> ポークカレーライス ドレッシングサラダ 福神漬け パイナップル  <small>○精白米 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース カレールウ パイナップルシロップ ケチャップ ○きゃべつ きゅうり 人参 砂糖 酢 淡口 キャノーラ油</small>
お菓子 牛乳	お麩のきなこラスク 牛乳	お菓子 牛乳	バナナケーキ 牛乳	お菓子 牛乳
<b>16</b> 煮込みうどん 小松菜の和え物 黄桃  <small>○うどん 白菜 大根 人参 薄揚げ 青ねぎ 黒潮だし 淡口 みりん ○小松菜 人参 淡口 みりん</small>	<b>17</b> (軽給食) クリームツイスト ぶどうジュース バナナ  <small>○精白米 ○豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 黒潮だし 砂糖 濃口 みりん 片栗粉 ○きゃべつ きゅうり 人参 コーン 砂糖 酢 淡口 キャノーラ油 ○さつま芋 玉ねぎ 黒潮だし 白みそ みりん</small>	<b>18</b> ごはん 白身魚フライ もやしのナムル すまし汁  <small>○精白米 ○白身魚 砂糖 とんかつソース ケチャップ みりん ○太もやし ほうれん草 人参 砂糖 濃口 ごま油 ○薄揚げ 玉ねぎ 黒潮だし 淡口 みりん</small>	<b>19</b> ごはん マーボー豆腐 きゃべつの甘酢和え 中華スープ  <small>○精白米 ○豚ミンチ 豆腐 玉ねぎ 人参 青ねぎ 赤みそ 濃口 中華料理の素 みりん 砂糖 酒 鶏がら ごま油 片栗粉 ○きゃべつ きゅうり わかめ 砂糖 酢 淡口 ○しめじ しろ菜 中華料理の素</small>	<b>20</b> 春分の日  
みそたんぼ 牛乳	お好み焼き 牛乳	お菓子 牛乳	大学芋 牛乳	
<b>23</b> ごはん 野菜コロッケ ひじきの和風サラダ 洋風スープ  <small>○精白米 ○野菜コロッケ とんかつソース ケチャップ 砂糖 みりん ○ひじき きゅうり 人参 ツナ 黒潮だし 砂糖 濃口 みりん マヨドレ ○きゃべつ 大根 フイヨン</small>	<b>24</b> ごはん 豆腐ハンバーグ コーンサラダ みそ汁  <small>○精白米 ○鶏ミンチ 豆腐 玉ねぎ 人参 黒潮だし 砂糖 濃口 みりん 片栗粉 ○きゃべつ きゅうり 人参 コーン 砂糖 酢 淡口 キャノーラ油 ○さつま芋 玉ねぎ 黒潮だし 白みそ みりん</small>	<b>25</b> 牛丼 チンゲン菜の和え物 わかめスープ  <small>○精白米 牛肉 玉ねぎ 人参 白菜 えのき 酒 突きこんにやく 黒潮だし 砂糖 濃口 みりん ○チンゲン菜 人参 淡口 みりん ○わかめ 白ごま 鶏がら</small>	<b>26</b> ごはん 鮭のマヨネーズ風ソースがけ 白菜の煮浸し すまし汁  <small>○精白米 ○鮭 小麦粉 マヨドレ みりん レモン汁 パセリ ○白菜 人参 薄揚げ 黒潮だし 砂糖 淡口 みりん ○麩 黒潮だし 淡口 みりん</small>	<b>27</b> ごはん 洋風おでん グリーンサラダ 洋風スープ  <small>○精白米 ○じゃが芋 玉ねぎ 人参 板こんにやく 平天 ごぼう天 フイヨン 淡口 みりん 砂糖 酒 ○きゃべつ きゅうり ブロッコリー 砂糖 酢 淡口 キャノーラ油 ○かぶ 人参 フイヨン</small>
お菓子 牛乳	マカロニきな粉 牛乳	オレンジ寒天 ビスケット 牛乳	ドーナツ 牛乳	お菓子 牛乳
<b>30</b> おにぎり弁当  	<b>31</b> 新年度の準備のため 休園  	<b>3月給食だより</b> 少しずつ寒さも和らぎ、春の訪れえを感じられるようになってきましたね。早いもので今年度も残すところ1ヶ月です。雪組さんにとって残りわずかな給食の時間です。3月11日の特別給食では雪組さんのリクエストを取り入れています。お楽しみに！給食を通して季節の食材や行事食などに興味をもつきっかけになっていると嬉しいです。		
お菓子 牛乳				

※家からの持ち物 コップ・ふきん・はしを忘れないように

今月の栄養平均値 1号エネルギー 371kcal たんぱく質 12.1g 脂質 7.9g