



日(曜)	こんだてめい	あかい	きいろ	みどりいろ	栄養価 kcal	日(曜)	こんだてめい	あかい	きいろ	みどりいろ	栄養価 kcal
9(水)	ごはん、ポテトサラダ、ぶたにくとトマトのチーズやき、さわにわん	ぎゅうにゆう、レンズまめ、ぶたにく、ベーコン・チーズ(にぼし)	こめ・じゃがいも、さとう、こめあぶら、バター、マヨネーズ	きゅうり・ごぼう、かいわれだいこん、たまねぎ・トマト、にんじん・ねぎ、パセリ・ピーマン、ほししいたけ・しめじ	580	24(木)	やさしいため、じゃこサラダ、きなこあげパン、はるやさいのチャウダー	ぎゅうにゆう、しろいんげんまめペースト、きなこ・わかめ、しらすぼし、ほたてかいばしら、ぎゅうにく・とりにく、みそ	こむぎこ・パン、じゃがいも、さとう・ごま、オリーブオイル、こめあぶら・バター	グリーンアスパラガス、キャベツ・きゅうり、たまねぎ、とうもろこし、にんじん・ピーマン、レタス・レモン、しょうが・にんにく	629
10(木)	はるキャベツのメンチカツ、うめかつおあえ、さんさいうどん、コッペパン	ぎゅうにゆう・だいず、あぶらあげ、かつおぶし・ちくわ、ぎゅうひきにく、ぶたひきにく、とりにく・たまご(こんぶ)・(にぼし)	こむぎこ・パン、うどん・パン、さとう・ごま、こめあぶら	キャベツ・きゅうり、こまつな・たまねぎ、かいわれだいこん、にんじん・ねぎ、さんさいみず、ばいにく	648	25(金)	むぎごはん、アーモンドあえ、とうふのたらマヨやき、チキンカレー、かけてたべてね	ぎゅうにゆう、とうふ・たらこ、とりにく、だっしふんにゆう、ヨーグルト	むぎ・こめ、じゃがいも、さんおんとう、アーモンド、こめあぶら、マヨネーズ、カレールウ	グリーンピース、キャベツ・しょうが、たまねぎ・にんじん、にんにく・パセリ、もやし	568
11(金)	ごはん、わかめのすのもの、ホキのなたねやき、いとこんにやくのたまごとし	ぎゅうにゆう、しろいんげんまめペースト、こうやどうふ・わかめ、しらすぼし・ホキ、ぶたにく・たまご(けずりぶし)	こめ・じゃがいも、さとう、さんおんとう、こめあぶら、マヨネーズ	いとこんにやく、えだまめ・きゅうり、さぼう・だいこん、たまねぎ・とうもろこし、にんじん・パセリ	553	28(月)	キャベツとひきにくのかさねやき、いちごのプラマンジェ、コッペパン、こんにやく、かいそう、サラダ、コーンポタージュ	ぎゅうにゆう、しろいんげんまめペースト、だいず・わかめ・ガー、ぎゅうひきにく、ぶたひきにく、ぶたレバー・ベーコン、なまクリーム、こなチーズ・チーズ	パン・パンこ、じゃがいも、さとう・ごま、いちごジャム、ごまあぶら、こめあぶら・バター	サラダこんにやく、キャベツ・きゅうり、さとう・ごま、にんじん・レタス、レモン	658
14(月)	スプリングキッシュ、いかサラダ、おいわいデザート、パイパン、しゃきしゃきスープ	ぎゅうにゆう・だいず、レンズまめ・いか、ローズハム、とりひきにく・たまご、チーズ(ガラスープ)	パン・でんぶん、さとう・ごま、ドライパン、オリーブオイル、ごまあぶら、バター、とうにゆういちごゼリー	グリーンアスパラガス、きゅうり・こまつな、たまねぎ・にんじん、レタス	621	30(水)	ごはん、キャベツサラダ、レバーのバーベキューソース、ごまわかめスープ、こうはくもち	ぎゅうにゆう、わかめ・ぶたにく、とりにく、とりレバー(にぼし)	こめ・じょうしんこ、でんぶん・さとう、さんおんとう・ごま、オリーブオイル、ごまあぶら・こめあぶら、こうはくもち、マヨネーズ	かんびょう・キャベツ、きゅうり・しょうが、かいわれだいこん・たまねぎ、チンゲンサイ・とうもろこし、にんじん・にんにく・レタス、りんごソース・レモン	671
15(火)	ごはん、とうふサラダ、とりつくねやき、きりぼしだいこんとひじきのにも	ぎゅうにゆう・だいず、とうふ・あぶらあげ、わかめ・ひじき、かつおぶし・とりにく、とりひきにく・たまご、みそ(にぼし)	パンこ・こめ、じゃがいも、でんぶん・さとう、ごま・ごまあぶら、こめあぶら	こんにやく、さいやんげん、えだまめ・きゅうり、ごぼう・かいわれだいこん、きりぼしだいこん、たまねぎ・にんじん、しょうが	575	<p>給食の献立紹介</p> <p>★ 春キャベツとツナの春巻き (17日) ★</p> <p>今年度は、旬を生かした献立を紹介します。</p>					
16(水)	ごはん、あまなつサラダ、ひじきとチーズのハンバーグ、はくさいスープ	ぎゅうにゆう、とうふ・わかめ、ひじき、ぎゅうひきにく、ぶたにく・たまご、ぶたひきにく、チーズ・(こんぶ)	パンこ・こめ、さとう、さんおんとう、オリーブオイル、ごまあぶら、こめあぶら	キャベツ・きゅうり、たまねぎ・にんじん、ねぎ・はくさい、あまなつかん、レモン・きくらげ、ほししいたけ、しょうが・にんにく	542	<p>減塩ポイント!</p> <p>揚げるとう水分が抜けて味が少し濃くなるので、具の塩味は控えめに調整すると良いですよ</p>					
17(木)	はるキャベツとツナのはるまき、フレンチサラダ、いちごジャム、コッペパン、レンズまめのスープ	ぎゅうにゆう、レンズまめ、ひじき、まぐろあぶらづけ、ぶたにく(ガラスープ)	こむぎこ・パン、はるまきのかわ、さつまいも、じゃがいも・さとう、いちごジャム、オリーブオイル、こめあぶら・マヨネーズ	キャベツ・きゅうり、こまつな・たまねぎ、とうもろこし、にんじん・パセリ、あかピーマン・レタス	641	<p>【旬の食材】</p> <p>春キャベツ、ひじき</p>					
18(金)	ごはん、しんたまねぎドレッシングサラダ、とりにくのしおレモンいため、あつあげのうまに	ぎゅうにゆう、あつあげ・とりにく	こめ・じゃがいも、さとう、オリーブオイル、ごまあぶら、こめあぶら	こんにやく・えだまめ、キャベツ・きゅうり、たまねぎ・ミニトマト、にんじん・ねぎ、ブロッコリー・レモン、にんにく	538	<p>～ 給食費について ～</p> <p>今年度の給食費は、統一化と、子育て応援としての市の子育て支援により、保護者の皆さまの実負担額は市内統一の「小学校250円」になります。毎月の集金額は、2月までは(8月除く)「小学校4,500円」「中学校5,000円」を納めていただき、3月分を精算させていただきます。ご協力よろしくお願いいたします。</p>					
21(月)	きんときまめのミートグラッセ、アスパラサラダ、コッペパン、わかきスープ	ぎゅうにゆう、きんときまめ、レンズまめ、あいびきにく、なまクリーム、チーズ(ガラスープ)	パン・じゃがいも、こめあぶら、バター、ドレッシング	グリーンアスパラガス、グリーンピースペースト、キャベツ・だいこん、たまねぎ・コーンかん、トマトかん、にんじん、トマトピューレ、にんにく	625	<p>イラスト引用：学校給食2023年3月号 2024年3月号</p> <p>※ 材料の都合により、献立を変更することがあります。</p>					
22(火)	むぎごはん、キャベツのごまあえ、たけのこのがんせきあげ、たにんどん、かけてたべてね	ぎゅうにゆう、だいず・レンズまめ、わかめ・しらすぼし、ぶたにく、とりさきみ、たまご(にぼし)	むぎ・こむぎこ、こめ・でんぶん、さとう、さんおんとう、すりごま、こめあぶら	キャベツ・きゅうり、たけのこ・たまねぎ、にんじん・ねぎ	621	<p>今年度は、旬を生かした献立を紹介します。</p>					
23(水)	たけのこごはん、わふうあえ、さわらのてりやき、みそしる	ぎゅうにゆう、からあげ、しらすぼし、さわら、まぐろあぶらづけ、みそ(にぼし)	ふ・こめ・さとう、ごま、オリーブオイル	きゅうり・だいこん、たけのこ・たまねぎ、にんじん・ねぎ、レタス・レモン、えのきだけ・しょうが	524	<p>今年度は、旬を生かした献立を紹介します。</p>					