

日	曜日	牛乳	こんだてめい		おもなざいりょうとはたらき					栄養価	
			しゅしょく	ふくしょく	体をつくるもと		体のちょうしをととのえるもと	エネルギーのもと		I礼拝 [*] - (kcal)	
					たんぱく質	むきしつ無機質	ビタミン	たんすいかぶつ炭水化物	しつ脂質	たんぱく質(g)	脂質(g)
2	月	○	ごはん	ぶりみそづけフライ ごもくきんぴら とりだんごじる	ぶり さつまあげ みそとりにく	牛乳	にんじん	ごぼうはくさい ながねぎしいたけ しょうがたまねぎ	こめこむぎこ はるさめ パンこさとう でんぶん	あぶらごま	638 26.5 19.4 2.2
☆ひなまつりこんだて				スティックたまご(2本) なっとうあえ すましじる さんしょくはなゼリー	たまごとうふ なっとう かつおぶし とりにく あぶらあげ	牛乳のり	こまつな にんじん	はくさいながねぎ だけのこれんこん しいたけ かんびょう	こめふ さとう でんぶん ゼリー	あぶら	652 26.1 16.3 2.8
4	水	○	むぎごはん	チーズかまぼこ コーンサラダ チキンカレー	かまぼこ (たらたい たまご) とりにく	牛乳 チーズ	にんじん	キャベツ きゅうり コーン たまねぎ にんにくりんこ	こめむぎ さとう じゃがいも でんぶん	あぶら	659 24.3 20.7 2.9
5	木	○	テーブル ロールパン	なのはなグラタン ひじきのマリネ ミネストローネ	ハム ベーコン だいす	牛乳 ひじき チーズ	にんじん パセリ トマト なのはな	きゅうり たまねぎ キャベツ セロリ コーン	パン さとう マカロニ こむぎこ いんげんまめ	あぶら バター	662 25.8 27.3 3.5
6	金	○	ごはん	ぶたにくのりんごソースがけ ツナとやさいのごまあえ キャベツとかぶのみそじる	ぶたにく ツナ あぶらあげ みそ	牛乳	ほうれんそう にんじん かぶのは	たまねぎりんご もやしキャベツ かぶ	こめ さとう ふ	ごま	647 29.6 22.8 2.3
9	月	○	ごはん	とりささみチーズフライ ごぼうとぶたにくのあまからいため むらくもじる	とりにく ぶたにく たまご とうふ	牛乳 わかめ チーズ	さやいんげん にんじん	ごぼうはくさい ながねぎしいたけ	こめ さとう でんぶん こむぎこ パンここめこ	あぶらごま	664 32.6 21.6 1.8
10	火	○	ごはん	さわらてりやき マヨおひたし どさんこじる	さわら ハム かつおぶし ぶたにく みそ	牛乳	ほうれんそう にんじん こまつな	もやしキャベツ たまねぎ コーン	こめ さとう じゃがいも	バター	623 31.1 18.8 2.0
11	水	○	むぎごはん	ポークしゅうまい ちゅうかクラゲあえ マーボーとうふ チーズ	くらげ とうふ ぶたにく みそ	牛乳 わかめ チーズ	にんじん いら	きゅうり もやし にんにく しょうが しいたけ だけのこ たまねぎ ながねぎ	こめむぎ さとう でんぶん こむぎこ	ごまあぶら あぶら	667 27.7 24.2 2.7
☆おいわいこんだて				とりにくのマーレード [*] やき ほうれんそうののりあえ おいわいしらたまじる おいわいゼリー	とりにく なると	牛乳のり	ほうれんそう にんじん こまつな	にんにく えのきたけ しいたけ ながねぎ	こめ あすき マーレード さとう しらたま いちごゼリー	あぶら ごま	673 30.6 14.5 2.9
13	金	○	ちゅうかめん	はるまき きゅうりのなんばんづけ みそラーメンスープ	ぶたにく みそ	牛乳	いら にんじん	もやし ながねぎ コーン しょうが にんにく きゅうり たまねぎ しいたけ キャベツ	めんこむぎ さとうこめこ でんぶん はるさめ	あぶら ごまあぶら	685 25.6 27.1 3.1
16	月	○	ごはん	ままかりマスタードフライ なのはなののりマヨあえ にくじゃが	ままかり かまぼこ ぶたにく	牛乳のり	ほうれんそう にんじん さやいんげん なのはな	キャベツ たまねぎ	こめこむぎ じゃがいも さとうパンこ でんぶん	あぶら マヨネーズ (卵不使用)	682 24.3 20.3 2.0
17	火	○	ごはん	てづくりハンバーグおろしソース しおこんぶあえ はんぺんじる ストロベリーカスタードタルト	ぶたにく みそ だいすたまご すけそうたら	牛乳 こんぶ	にんじん こまつな	たまねぎ だいこん キャベツ きゅうり はくさい ながねぎ	こめパンこ さとう やまいも でんぶん タルト	ごま	679 28.2 22.2 2.5
18	水	○	むぎごはん	ピピンバ(にく・やさい) はるさめスープ ヨーグルト	ぎゅうにく みそ とりにく	牛乳 ヨーグルト	ほうれんそう にんじん チンゲンサイ	にんにく しょうが もやし ながねぎ しいたけ	こめむぎ さとう はるさめ	ごまあぶら	655 26.4 18.2 2.1
19	木	○	コッペパン	ほきレモンふうみやき アスパラソテー はるやさいのクリームに	ほき ウインナー とりにく	牛乳 スキムミルク	アスパラガス にんじん かぶのは パセリ	コーン エリンギ たまねぎ しめじ かぶレモン キャベツ	パンパンこ こめこ しろいんげん まめ	オリーブオイル なまクリーム バター マヨネーズ (卵不使用)	615 31.9 22.0 2.9
23	月	○	ごはん	とりにくのからあげなんばんだれ ^② しらたきのピリからいため ちゅうかスープ さくらゼリー	とりにく ぶたにく なると	牛乳	にんじん こまつな チンゲンサイ	しょうが にんにく ながねぎ コーン しいたけ	こめこむぎ でんぶん さとう ゼリー	あぶら ごまあぶら	649 30.4 16.2 2.8

★献立は食材購入の都合により、変更となる場合があります。
★お米は成田市産コシヒカリ(一等米)を使用しています。
★3・12・17・18・23日のデザートは学校配送です。

🌸🌸 新学期の給食は
4月8日(水)からです。
お楽しみに! 🌸🌸

学校給食摂取基準(基準)		月平均
熱量:	650kcal	657
たんぱく質:	24.4g(範囲21.1~32.5g)	28.1
脂質:	18.1g(範囲14.4~21.7g)	20.8
食塩相当量:	2.0g以下	2.6

🌸🌸 卒業生の皆さんへ 🌸🌸 卒業おめでとうございます

給食が届くまでにはたくさんの人が関わっていて、皆さんを大切に
思う気持ちがつまっています。友達や先生方と過ごした給食時間が、
学校生活のかけがえのない思い出の一つとなっているとうれしいです。
皆さんが元気で活躍できるようにと、いつまでも応援しています。



2月分給食費の口座振替日
(納付日)は3月31日です。
3月分給食費の口座振替日
(納付日)は4月30日です。