

3月献立予定表

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
<p>コーンおひたし</p> <p>鮭と里いもの揚げ煮</p> <p>高野豆腐のみそ汁</p> <p>740kcal 2.7g</p>	<p>ももの節句献立</p> <p>ももの杏仁豆腐</p> <p>三色和え</p> <p>鶏肉の甘酒みそ焼き</p> <p>きざみのり あさりのすまし汁</p> <p>ちらしずし</p> <p>754kcal 3.9g</p>	<p>チーズ入り大豆サラダ</p> <p>カレーのかんずりごまソース</p> <p>うすくず汁</p> <p>767kcal 2.1g</p>	<p>たくあん和え</p> <p>肉じゃがコロツケ</p> <p>けんちん汁</p> <p>750kcal 2.7g</p>	<p>ミモザサラダ</p> <p>煮込みハンバーグ</p> <p>花パン</p> <p>クラムチャウダー</p> <p>844kcal 4.1g</p>
9	10	11	12	13
<p>中華風ポテトサラダ</p> <p>焼きぎょうざ</p> <p>ヤージャン豆腐</p> <p>797kcal 2.7g</p>	<p>切干大根のごまネズ和え</p> <p>さわらの西京焼き</p> <p>鶏団子汁</p> <p>768kcal 2.4g</p>	<p>ブルーベリークレープ</p> <p>キャベツのおひたし</p> <p>鶏肉のから揚げ</p> <p>沢煮椀</p> <p>886kcal 2g</p>	<p>柑橘果物</p> <p>ツナとブロッコリーのサラダ</p> <p>魚介のドリア (カレー風味ライス)</p> <p>774kcal 2.8g</p>	<p>キャラメルポテト</p> <p>磯香和え</p> <p>米粉めん</p> <p>豆乳坦々スープ</p> <p>881kcal 3.1g</p>
16	17	18	*今月の予定*	
<p>アスパラソテー</p> <p>チキンカレー (麦ごはん)</p> <p>775kcal 3.3g</p>	<p>れんこんのみそマヨ和え</p> <p>豆腐ハンバーグきのこソースかけ</p> <p>すき焼き風煮</p> <p>774kcal 2.7g</p>	<p>卒業・進級お祝い献立</p> <p>お祝いケーキ</p> <p>和風マカロニサラダ</p> <p>厚焼き玉子</p> <p>ごま塩 赤飯</p> <p>お祝いすまし汁</p> <p>752kcal 2.7g</p>	<p>2日 塩沢中給食なし</p> <p>5日 塩沢中2年給食なし</p> <p>6日 塩沢中2年給食なし</p> <p>9日 塩沢中2年給食なし</p> <p>13日 支援学校高2給食なし</p> <p>16日 支援学校中3給食なし</p> <p>18日 支援学校給食最終日 塩沢中給食最終日</p>	
日	<p>献立表の見方</p> <p>副菜 主菜</p> <p>汁物</p> <p>エネルギー (kcal) 塩分 (g)</p>			
<p>ひな祭りのおはなし</p> <p>毎年3月3日は、女の子の健やかな成長と幸せを願い、お祝いする「ひな祭り」です。ひな人形や桃の花を飾り、さまざまな願いを込めた料理やお菓子をいただきます。季節の節目となる五節句の1つ「上巳の節句」でもあり、季節の花にちなんで「桃の節句」とも呼ばれます。</p> 				
<p>卒業おめでとう!</p> <p>給食は「心と体の栄養になるように」「おいしくて安心して食べられるように」などたくさんの思いが込められています。みなさんは給食を食べながら、どんなことを感じ、どんなことを学んだでしょうか。給食の時間が楽しみだった人、苦手なものに挑戦した人、様々な思い出があると思います。</p> <p>「食べること」は動物や植物の命をいただくことです。その命をいただき、私たちは「生きる」ことができています。これからも感謝の気持ちを忘れずに「食べる」ことを大切に過ごしてほしいと思います。</p> 				

※献立は都合により変更することがあります。