



日曜	こんだてめい	おもなざいりょうと3つのはたらき			栄養価			給食が 休み等 がある 学年
		あかのしょくひん	きのしょくひん	みどりのしょくひん	小学生 (中学生)	中学部	高等部	
		血や肉、骨や歯になる	熱や力になる	体の調子を整える	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	
1 金	ちらしずし(たまご・きざみのり) れんこんサラダ ひな祭り給食 すましじる さんしょくはなゼリー	とりにく、こおり豆腐、たまご、のり、ぎゅうにゅう、とうふ、なると	ごはん、もちごめ、さとう、ごま、マヨネーズ、ふ	にんじん、しいたけ、れんこん、キャベツ、きゅうり、とうもろこし、ごまつな、たまねぎ、がなしめじ、ねぎ	611 22.4 20.0 2	767 27.3 23.8 2.9	785 27.6 23.9 2.9	
4 月	ごはん ぶたにくのすきやき かんこくふうやさいサラダ だいこんのみそしる きよみオレンジ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、やき豆腐、とりにく、のり、あぶらあげ、みそ	ごはん、あぶら、さとう、ごま	こんにゃく、にんじん、しゅんぎく、はくさい、しいたけ、ねぎ、キャベツ、もやし、だいこん、えのきたけ、きよみオレンジ	578 27.4 16.5 2.8	725 33.9 19.5 3.6	743 34.2 19.5 3.6	
5 火	ごはん さばのみそに きざみこんぶのもの こんさいじる	ぎゅうにゅう、さば、こんぶ、ぶたにく、あぶらあげ、とりにく、とうふ	ごはん、あぶら、さとう	にんじん、こんにゃく、しいたけ、だいずもやし、だいこん、れんこん、ごぼう、ねぎ	609 28.2 22.1 2	788 35.7 27.6 2.5	806 36.0 27.6 2.5	
6 水	こめこフオカッチャ ドライカレー お誕生日給食 かみかみサラダ キャベツスープ ミルクゼリーいちごソース	ぎゅうにゅう、ぶたにく、さきいか、ベーコン、ゼラチン	パン、あぶら、さとう、ごま、ごまあぶら	たまねぎ、にんじん、ピーマン、だいこん、きゅうり、キャベツ、セロリー、がなしめじ、いちご	632 29.2 23.6 3.6	798 36.8 28.7 4.7	798 36.8 28.7 4.7	
7 木	せきはん ごまお アジフライ ソース 高等部 卒業・進級 お祝い給食 なのはなのツナあえ とんじる すだちゼリー	あずき、ぎゅうにゅう、アジフライ、ツナ、ぶたにく、とうふ、みそ	ごはん、もちごめ、ごま、あぶら、さといも、ゼリー	キャベツ、なばな、にんじん、だいこん、はくさい、こんにゃく、ごぼう、ねぎ	626 28.1 17.7 2.3	806 34.9 20.9 2.8	824 35.2 20.9 2.8	
3月8日(金) 高等部 卒業式								
11 月	ごはん マーボー豆腐 パンバンジーサラダ コーンいりたまごスープ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、みそ、とりにく、ベーコン、たまご	ごはん、さとう、でんぷん、ごまあぶら、ごま	にんじん、たけのこ、しいたけ、ねぎ、にら、もやし、キャベツ、きゅうり、とうもろこし、ほうれんそう、たまねぎ	613 28.1 21.0 3.0	778 34.8 25.4 3.5	796 35.1 25.4 3.5	
12 火	ごはん さわらのこうみやき ちくぜんに ふのりじる アセロラゼリー	ぎゅうにゅう、さわら、とりにく、ふのり、とうふ、みそ	ごはん、ごま、ごまあぶら、あぶら、さとう、ふ、ゼリー	ねぎ、たけのこ、こんにゃく、にんじん、ごぼう、れんこん、しいたけ、えのきたけ	619 28.5 17.4 3	771 35.3 20.3 3.0	789 35.6 20.3 3	
13 水	ジャージャーめん げんきサラダ ちゅうかスープ バナナ	ぶたにく、みそ、ぎゅうにゅう、ハム、かつおがし、やきぶた	やきそばめん、ごまあぶら、あぶら、さとう、ごま	たまねぎ、たけのこ、ねぎ、しいたけ、だいずもやし、きゅうり、にんじん、キャベツ、とうもろこし、はくさい、バナナ	629 26.1 19.9 3.4	777 32.4 23.8 4.5	797 32.9 24.0 4.6	白石校
14 木	ごはん てづくりハンバーグ ソース 小・中学部 卒業・進級 お祝い給食 だいこんサラダ やさいスープ みかんゼリー	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、ツナ	ごはん、パンこ、でんぷん、さとう、ごまあぶら、じゃがいも	たまねぎ、だいこん、みずな、にんじん、セロリー、がなしめじ	608 23.7 18.6 2.1	766 29.1 21.9 2.7	784 29.4 21.9 2.7	
3月15日(金) 小学部・中学部 卒業式								
18 月	ごはん ぶたどんのぐ ひじきサラダ じゃがいものみそしる	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ひじき、ベーコン、あぶらあげ、みそ	ごはん、あぶら、さとう、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こんにゃく、しいたけ、えだまめ、とうもろこし、きゅうり、えのきたけ	603 27.6 18.5 3	764 34.1 22.0 3.3	782 34.4 22.0 3.3	
19 火	ごはん たらのなんばんづけ こまつなのごまいため すいとんじる	ぎゅうにゅう、たら、なまあげ、とりにく	ごはん、でんぷん、あぶら、さとう、ごまあぶら、ごま、こむぎこ、こめこ	ねぎ、こまつな、にんじん、がなしめじ、だいこん、ごぼう	586 24.8 16.4 2.1	746 30.3 19.4 2.8	764 30.6 19.4 2.8	
21 木	ごはん とりにくのからあげ ポパイサラダ みそやさいスープ	ぎゅうにゅう、とりにく、ハム、ぶたにく、みそ	ごはん、でんぷん、じゃがいも、マヨネーズ、あぶら、ごま、ごまあぶら	ほうれんそう、きゅうり、たまねぎ、にんじん、もやし、キャベツ、ねぎ	604 25.5 21.3 2.4	763 31.1 25.5 3.1	781 31.4 25.5 3.1	

☆ぎゅうにゅうはまいしよつきます。

※物資の都合により、献立や食材が変更になる場合があります。予めご了承ください。

- ◆3月1日(金):ひな祭り給食
- ◆3月6日(水):お誕生日給食
- ◆3月7日(木):高等部卒業・進級お祝い給食
- ◆3月14日(木):小学部・中学部卒業・進級お祝い給食



【給食目標】給食に感謝し、進んで手伝いをしよう。
【栄養目標】バランスのとれた食事をしよう。



裏面は給食だよりになります！
どうぞご覧ください。

