



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 学部・ 学年
		あかのしょくひん	みどりのしょくひん	きのしょくひん	小学部 (中学年)	中学部 高等部	
		ちやくにくほねは 血や肉、骨や歯になる	からだ 体の調子を整える	ねつちから 熱や力になる	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 塩分(g)		
2月	せきはん ごましお アジフライ ソース ごもくきんぴら とんじる おいわいいちごゼリー	あずき、ぎゅうにゅう、アジフライ、 さつまあげ、ひじき、ぶたにく、とう ふ、みそ	ごぼう、にんじん、れんこん、だい こん、はくさい、ごぼう、ねぎ	ごはん、もちごめ、ごま、あぶら、さと う、じゃがいも	602 24.8 18.3 2.3	769 30.3 21.2 2.9	
3火	ちらしずし(たまご きざみのり) なのはなのツナマヨあえ すましじる さんしょくはなゼリー	とりにく、こおりどうふ、たまご、の り、ぎゅうにゅう、ツナ、とうふ、たら し	にんじん、れんこん、しいたけ、キャ ベツ、なばな、たまねぎ、ぶなしめ じ、みつば	ごはん、もちごめ、さとう、マヨネー ズ、ふ	596 25.9 21.4 2.1	756 31.8 25.4 2.7	
4水	きなこあげパン ごぼうサラダ シチュー	きなこ、ぎゅうにゅう、とりにく、とう にゅう	ごぼう、にんじん、きゅうり、キャベ ツ、たまねぎ、ブロッコリー	パン、あぶら、さとう、じゃがいも	568 20.9 22.0 2.5	722 25.6 26.7 3.1	
5木	ごはん てづくりハンバーグ ソース げんきサラダ もやしじる とうにゅうプリン	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とうふ、ハ ム、こんぶ、かつおぶし、みそ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅ うり、とうもろこし、もやし、ねぎ	ごはん、パンこ、でんぷん、さとう、あ ぶら、ごま、ごまあぶら	576 24.5 18.9 1.9	742 30.2 22.4 2.4	
<b>3月6日(金) 高等部 卒業式</b>							
9月	むぎごはん ガパオライスのぐ にんじんシリシリサラダ チンゲンサイスープ アセロラゼリー	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とりにく、ツ ナ、ベーコン、とうふ	ピーマン、きピーマン、あかピーマ ン、たまねぎ、バジル、にんじん、だ いずもやし、チンゲンサイ、ねぎ	ごはん、むぎ、あぶら、さとう、でん ぷん、ごまあぶら	570 23.8 18.8 2.1	729 29.6 22.5 2.9	
10火	ごはん まぐろカツ ソース ほうれんそうのごまあえ だいこんのみそしる	ぎゅうにゅう、まぐろカツ、とうふ、 あぶらあげ、みそ	ほうれんそう、にんじん、もやし、だ いこん、えのきたけ、ねぎ	ごはん、あぶら、ごま、さとう	531 21.5 18.0 1.9	705 27.5 21.5 2.5	
11水	カレーうどん あおのりポテト かいそうサラダ ヨーグルト	ぶたにく、ぎゅうにゅう、あおのり、 かいそう、わかめ、ツナ	にんじん、たまねぎ、しいたけ、ね ぎ、こまつな、キャベツ	うどん、あぶら、でんぷん、じゃがい も、ごま、さとう	563 24.7 22.5 3.0	704 29.7 27.1 4.1	白石校
12木	ごはん とりにくのからあげ ビーフンソテー ABCやさいスープ デコポン	ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく、 ベーコン	キャベツ、だいずもやし、ピーマ ン、あかピーマン、たまねぎ、にん じん、セロリー、ぶなしめじ、デコポ ン	ごはん、でんぷん、あぶら、ビーフ ン、マカロニ	557 24.4 17.0 1.7	720 30.2 19.8 2.2	
<b>3月13日(金) 小学部・中学部 卒業式</b>							
16月	ごはん ぶたにくのアップルソースかけ だいこんのそぼろに はくさいのみそしる	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とりにく、と うふ、あぶらあげ、みそ	りんご、たまねぎ、だいこん、にんじ ん、しいたけ、はくさい、えのきたけ	ごはん、さとう、あぶら、でんぷん	571 27.2 22.0 1.8	741 33.5 25.9 2.6	
17火	ごはん さばのみそに ひじきのいりに ひきなじる りんごゼリー	ぎゅうにゅう、さば、ひじき、さつま あげ、だいず、あぶらあげ、とうふ	にんじん、しいたけ、だいこん、ね ぎ、りんご	ごはん、あぶら、さとう	629 26.2 22.6 2.5	834 33.3 28.1 3.2	
18水	こめこフオカッチャ ドライカレー ブロッコリーサラダ クラムチャウダー	ぎゅうにゅう、ぶたにく、あさり、 ベーコン、とうにゅう	たまねぎ、にんじん、ピーマン、ブ ロッコリー、カリフラワー、とうもろ こし、パセリ	パン、あぶら、さとう、じゃがいも、こ めこ	613 31.5 25.8 3.1	776 39.6 31.6 4.0	
19木	ごはん ぶたにくとやさいのケチャップいため はるさめサラダ はっとみそしる	ぎゅうにゅう、ぶたにく、ハム、とり にく、みそ	ピーマン、にんじん、ねぎ、たまね ぎ、もやし、きゅうり、キャベツ、だ いこん、ごぼう	ごはん、ごまあぶら、さとう、はるさ め、ごま、こむぎこ、こめこ	587 28.6 17.0 2.3	767 35.4 19.9 2.9	
23月	ごはん はっぼうさい はるさめスープ フルーツあんじん	ぎゅうにゅう、ぶたにく、えび、い か、かまぼこ、とりにく	にんじん、たまねぎ、しいたけ、はく さい、たけのこ、チンゲンサイ、み かん、もも、パインアップル	ごはん、あぶら、でんぷん、ごまあぶ ら、はるさめ、あんにんどうふ	568 25.4 15.8 1.9	743 31.3 18.6 2.4	

☆ぎゅうにゅうはまいしよつきます。

- ◆3月2日(月): 高等部卒業・進級お祝い給食
- ◆3月3日(火): ひな祭り給食
- ◆3月5日(木): お誕生日給食
- ◆3月12日(木): 小学部・中学部卒業・進級お祝い給食



※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。

- 【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。

