



| 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 | |
| | | ちにくほねは 血や肉、骨や歯になる | からだちゅうし 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 び | 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 | |
| 3月6日(金) 高等部 卒業式 | | | | | | | |
| 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 | |
| 3月13日(金) 小学部・中学部 卒業式 | | | | | | | |
| 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 | こめこフォカッチャ 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 はっばうさい 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ょくつきます。

- ◆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。

