

小学校3月こんだて表

新篠津村学校給食センター

TEL 57-2630 FAX 57-2322

令和6年度

あかじ こんだて しんしのつ しょくざい つか
 ◎赤字の献立には新篠津の食材を使っています！

	月	火	水	木	金
こんだて名	3日	4日	5日	6日	7日
	エネルギー 617Kcal たん白質 20.4g 脂質 17.9g 食塩相当量 3.0g	エネルギー 641Kcal たん白質 33.6g 脂質 14.3g 食塩相当量 2.8g	エネルギー 639Kcal たん白質 28.4g 脂質 27.7g 食塩相当量 2.5g	エネルギー 642Kcal たん白質 25.1g 脂質 17.0g 食塩相当量 2.1g	エネルギー 620Kcal たん白質 22.2g 脂質 18.0g 食塩相当量 2.6g
きいろ	わかめごはん はるまき こまつなともやしのサラダ きゃべつのみそしる ひなまつりミニゼリー	ごはん ハンバーグソースやき ミネラルサラダ やさいスープ	ナン スープカレー ささみかつ きよみオレンジ	ごはん おやこに そくせきづけ いももちじる	ごはん やさいいりにくだんご かみかみサラダ あぶらあげのみそしる
あか	ごはん こめあぶら さとう ごまあぶら ごまひなゼリー	ごはん さとう	ナン じゃがいも さとう こめあぶら パター	ごはん さとう かたくりこ おじゃがもちボール	ごはん かたくりこ こめあぶら さとう ごまあぶら ごま
みどり	わかめ ひじきいりはるまき あぶらあげ みそ牛乳	ハンバーグ ひじきのかいそうミックス とりにく ベーコン 牛乳	とりにく 牛乳	とりにく たまご ちくわ ぶたにく あぶらあげ 牛乳	やさいいりにくだんご ききいか あぶらあげ わかめ みそ 牛乳
こんだて名	10日	11日	12日	13日	14日
きいろ	エネルギー 644Kcal たん白質 30.5g 脂質 14.4g 食塩相当量 2.1g	エネルギー 619Kcal たん白質 23.0g 脂質 17.0g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 674Kcal たん白質 30.5g 脂質 28.9g 食塩相当量 4.7g	エネルギー 626Kcal たん白質 20.0g 脂質 19.4g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 657Kcal たん白質 27.0g 脂質 17.9g 食塩相当量 2.7g
あか	ごはん ほっけしおやき にくじゃが なめこだいこんのみそしる	ごはん ぶたキムチ だいこんサラダ ワンタンスープ	しょうゆラーメン ぼうぎょうざ ポパイサラダ	ごはん しろみさかなフライ ブロッコリーサラダ わかめスープ 5, 6年生 パイキングきょうしよく	ごはん とりにくのしおこうじやき だいずのいそに じゃがいものみそしる
みどり	こまつな もやし キャベツ にんじん たまねぎ	あかピーマン にんじん えだまめ コーン キャベツ たまねぎ パセリ	れんこん にんじん いんげん たまねぎ にんにく きよみオレンジ	にんじん たまねぎ えだまめ ほししいたけ たけのこ きゅうり キャベツ しょうが ごぼう ぶなしめじ ながねぎ	ごぼう にんじん きゅうり レタス たまねぎ ながねぎ
こんだて名	17日	18日	19日	20日	21日
きいろ	エネルギー 640Kcal たん白質 24.5g 脂質 17.6g 食塩相当量 1.7g	エネルギー 730Kcal たん白質 24.7g 脂質 26.4g 食塩相当量 2.3g	エネルギー Kcal たん白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	エネルギー Kcal たん白質 g 脂質 g 食塩相当量 g	エネルギー 699Kcal たん白質 22.8g 脂質 17.6g 食塩相当量 3.1g
あか	ごはん たこメンチカツ いためなっとう はるさめスープ	ごはん さばのみそに もやしのカレーマヨサラダ たまねぎのみそしる おいしいデザート	そつぎょうしき	こんげつのめあて	ポークカレー ハリハリづけ ヨーグルト
みどり	たまねぎ にんじん ピーマン チンゲンさい きくらげ	もやし にんじん きゅうり たまねぎ	卒業おめでとう!	いちねんかん ほんせい 一年間の反省を しよう! マナーを守ろう!	ごはん こめあぶら じゃがいも さとう ごまあぶら ぶたにく だつしふんにゅう ヨーグルト 牛乳 たまねぎ にんじん にんにく きりほしだいこん きゅうり

※牛乳は毎日つきます。また都合により献立が変更になることがありますのでご了承ください。

卒業生の皆さんへ

健康な心と体は、毎日の食事の積み重ねです。今食べている食事は、“未来の自分”をつくるための重要な土台となります。これから先、自分自身で選んで食べる機会が増えていきますが、迷ったときには、ぜひ給食を思い出してみてください。皆さんの新生活が健康で充実したものとなるよう願っています。

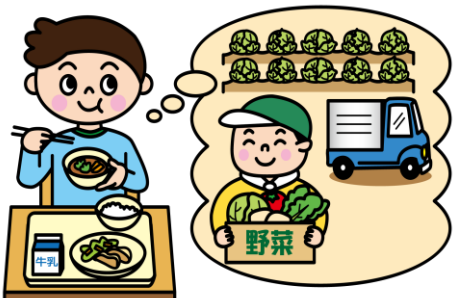
ご卒業おめでとうございます!



生活リズムを大切に!

1年間ありがとうございました!

まだ寒さの残る日はあるものの、吹く風に春の到来を感じる季節となりました。この1年で、どの子も心身ともに大きく成長し、一段とたくましくなった様子がうかがえます。日々の給食や食育を通して、そのサポートができていたらうれしいです。



中学校3月献立表

新篠津村学校給食センター
TEL 57-2630 FAX 57-2322

令和6年度

◎赤字の食材は新篠津産です。

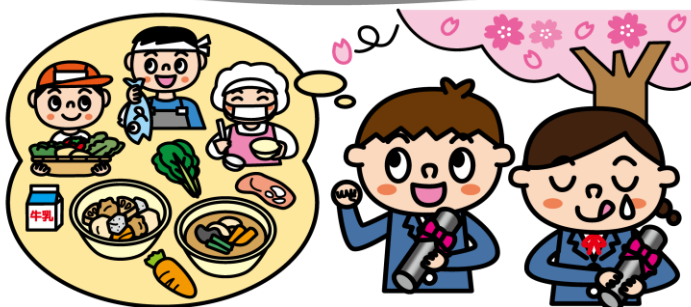
	月	火	水	木	金
献立名	3日	4日	5日	6日	7日
	わかめごはん 春巻き 小松菜ともやしのサラダ きゃべつのみそ汁 ひなまつりミニゼリー	ご飯 ハンバーグソース焼き ミネラルサラダ 野菜スープ	ナン スープカレー ささみかつ 清見オレンジ	ご飯 親子煮 即席漬け いもち汁	ご飯 野菜入り肉だんご かみかみサラダ あぶらあげのみそ汁
	黄	赤	緑	黄	赤
黄	10日	11日	12日	13日	14日
献立名	ご飯 ほっけ塩焼き 肉じゃが なめこと大根のみそ汁	ご飯 豚キムチ 大根サラダ ワンタンスープ お祝いデザート	しょうゆラーメン 棒ぎょうざ ポパイサラダ	卒業式 	ご飯 とりにくの塩麹焼き 大豆の磯煮 じゃがいものみそ汁
黄	赤	緑	黄	赤	緑
黄	17日	18日	19日	20日	21日
献立名	ご飯 たこメンチカツ 炒め納豆 春雨スープ	ご飯 さばの味噌煮 もやしのカレーマヨサラダ 玉ねぎのみそ汁	食パン チキンナゲット マカロニサラダ えびボールスープ	春分の日 	ポークカレー ハリハリ漬け ヨーグルト
黄	赤	緑	黄	赤	緑

※牛乳は毎日つきます。また都合により献立が変更になることがありますのでご了承ください。

卒業生の皆さんへ

健康な心と体は、毎日の食事の積み重ねです。
今食べている食事は、「未来の自分」をつくるための重要な土台となります。これから先、自分自身で選んで食べる機会が増えていきますが、迷ったときには、ぜひ給食を思い出してみてください。皆さんの新生活が健康で充実したものとなるよう願っています。

ご卒業おめでとうございます！



1年間ありがとうございました！

まだ寒さの残る日はあるものの、吹く風に春の到来を感じる季節となりました。この1年で、どの子も心身ともに大きく成長し、一段とたくましくなった様子がうかがえます。日々の給食や食育を通して、そのサポートができていたらうれしいです。

