

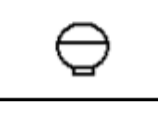
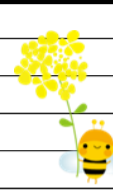

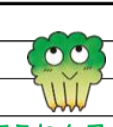

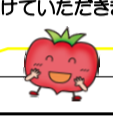




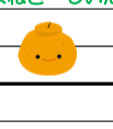

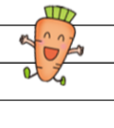


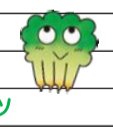


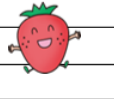


ひにち	こんだて	おもなざいりょうとそのほたらき			1人分 (kcal) たんぱく くしつ
		<きいろのなかま> おもにエネルギーのもとになる食品	<あかのなかま> おもに体をつくるもとになる食品	<みどりのなかま> おもに体の調子を整えるもとになる食品	
ひなまつり こんだて 1日 (金) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		601 22.6
	ツナちらし	こめ・さとう・ごま 	まぐろ	にんじん・えだまめ	
	はながたとうふハンバーグ	あぶら・パンこ・さとう	とうふ・とりにく・おから	にんじん	
	にびたし			こまつな・キャベツ・コーン	
	すましじる		かまぼこ・わかめ	にんじん・だいこん・えのき・なのはな いちご	
4日 (月) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		620 24.9
	むぎごはん	こめ・むぎ			
	かつおふりかけ	ごま・さとう	かつおぶし・いわしぶし 		
	まめじゃが	さとう・しらたき・じゃがいも	ぶたにく・だいす	にんじん・たまねぎ・むきえだまめ	
	ごまあえ	ごま・さとう		こまつな・キャベツ・なのはな	
5日 (火) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		605 20.9
	むぎごはん	こめ・むぎ			
	ししゃもフライ	あぶら・こむぎこ・パンこ	ししゃも 		
	ほうれんそうとしめじのにびたし			ほうれんそう・しめじ・キャベツ	
	みそじる	じゃがいも	あぶらあげ・みそ・わかめ	はねぎ	
☆6年1組 リクエストきゅうしょく☆ (○の中にこんだてめいを入れてみましょう!)					
6日 (水) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		614 23.8
	むぎごはん	こめ・むぎ			
	★〇〇〇〇〇〇コース★	あぶら・じゃがいも・さとう・でんぷん・ごまあぶら	ぶたにく	たけのこ・ピーマン 	
	ちゅうかコーンスープ	でんぷん	とうふ・たまご	きくらげ・コーン	
☆6年2組 リクエストきゅうしょく☆ (○の中にこんだてめいを入れてみましょう!)					
7日 (木) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		651 21.6
	★〇げ〇ン★	こむぎこ・さとう・あぶら	きなこ・スキムミルク 		
	ポトフ	じゃがいも	ぶたにく・ウインナー	セロリー・にんじん・たまねぎ・キャベツ	
	ヨーグルトあえ		ヨーグルト	みかん・もも・りんご	
8日 (金) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		621 27.7
	むぎごはん	こめ・むぎ			
	さばのカレーチーズやき		さば・こなチーズ		
	きんぴら	あぶら・さとう・ごま	さつまあげ	ごぼう・にんじん・くきわかめ	
	ぐたくさんじる	こんにゃく・じゃがいも	みそ・とうふ・あぶらあげ	だいこん・にんじん・なのはな	
☆6年3組 リクエストきゅうしょく☆ (○の中にこんだてめいを入れてみましょう!)					
11日 (月) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		586 21.5
	むぎごはん	こめ・むぎ			
	ちゅうかどん	あぶら・でんぷん・ごまあぶら	ぶたにく・いか	にんじん・たまねぎ・しいたけ・はくさい・たけのこ	
	★〇このみ〇〇★	もちげんまい・でんぷん・さとう・あぶら	しろいんげんまめ	デコボン 	
12日 (火) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		617 23.4
	カレーごはん	こめ・むぎ			
	ドライカレー	あぶら	ぶたにく・とりにく・だいす・こなチーズ・スキムミルク 	たまねぎ・にんじん・ピーマン	
13日 (水) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		638 24.8
	ちゅうかめん	こむぎこ			
	みそラーメン	あぶら・ごまあぶら・ごま	みそ・ぶたにく	しょうが・にんにく・にんじん・キャベツ・コーン・はねぎ	
	だいすコロッケ	じゃがいも・さとう・あぶら・パンこ・こめこ・こむぎこ	だいす	たまねぎ	
14日 (木) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		672 26.3
	むぎごはん	こめ・むぎ			
	さかなのレモンしょうゆあえ	でんぷん・あぶら	さわら 	レモンじる・ほうれんそう	
	ごまあえ	ごま・さとう		こまつな・なのはな・キャベツ	
卒業・修了 おいわい こんだて 15日 (金) 	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		685 26.4
	せきはん	こめ・もちごめ	あずき 		
	とりにくのごまソース	あぶら・こむぎこ・でんぷん・さとう・ごま	とりにく	しょうが・にんにく・トマトピューレ	
	むしキャベツ			キャベツ・にんじん 	
	すましじる		かまぼこ・とうふ	えのき・たまねぎ・はねぎ	
くだもの			いちご		

おしらせ

西小学校のみなさんへ

◎3月1日(木)・・・1年生、2年生は校外学習のため、給食はありません。

今年度も終わりに近づいています。この1年間で体も心も大きく成長しましたね。みなさんが「いつも給食おいしいよ」「苦手だったけど食べられるようになったよ」などたくさん声をかけてくれることがとてもうれしかったです。また最近は何のクラスも食缶がからっぽで返ってくるのが多くなり、給食室の大きなはげみになりました。今の学年での残り少ない給食の時間を、クラスの友達や先生と楽しくすごしてください。1年間、ありがとうございました。

☆三島産のトマト☆ 

☆6日(水)の「ミニトマト」は、JA三島函南さんの教育活動助成事業により、無償でいただく「三島産のトマト」です。

