

ひ こ ち	よ う び	こんだてめい	おもなざいりょうとそのはたらき			エネルギー	
			おもにからだをつくるもの ＜あかいろのなかま＞ ぎゅうにゅう	おもにねつやちからになるもの ＜きいろのなかま＞ しゆしよく	おもにからだのちようしをととのえるもの ＜みどりいろのなかま＞	たんぱく しつ (g)	
1	月	ぎゅうにゅう むぎごはん ソーセージのごまパン キャベツのソーポテトスープ くだもの かつおふりかけ	たまご さんかくソーセージ ベーコン かつお	こめ むぎ あぶら ごま こむぎこ パンこ じゃがいも	にんじん キャベツ たまねぎ パセリ くだもの	705 23.9	
2	火	ぎゅうにゅう くだもの ちゅうかさいはん わかめスープ ハムとにらのちゅうかいため	ぶたにく ハム ちくわ たまご わかめ	こめ むぎ ごま あぶら はるさめ さとう ごまあぶら	こまつな にら はくさい にんじん たまねぎ くだもの	568 22.1	
3	水 ひなまつり	ひなまつりこんだて ぎゅうにゅう てまきずし (ツナそぼろ・なつとう・たくあん) すましじる ひなまつりデザート	ツナ たまご なつとう のり かまぼこ	こめ さとう 	にんじん ほししいたけ グリーンピース たくあん えのきたけ はねぎ	711 30.9	
4	木	ぎゅうにゅう 5・6年生リクエストパン ポトフ ヨーグルトあえ	きなこ ぎゅうにゅう ウィンナー ヨーグルト	リクエスト パン ヒミツ♪	パン あぶら さとう じゃがいも	セリー にんじん パイン たまねぎ キャベツ みかん もも りんご	658 24.6
5	金	ぎゅうにゅう むぎごはん まぐろとだいたいのナッツあえ おひたし みそしる くだもの のりのつくだに	だいず まぐろ のり みそ わかめ	こめ むぎ あぶら かつお でんぶ さとう	ふるね こまつな キャベツ ホールン だいこん たまねぎ はねぎ くだもの	704 31.4	
8	月	<新1年生 給食参観> ぎゅうにゅう むぎごはん ししやものたつたあげ とんじる ひじきのいために ちりめんつくだに いちごミルクデザート	ししやも だいず ひじき あぶらあげ とうふ みそ	こめ むぎ あぶら さとう こんにやく さといも	にんじん さやいんげん ごぼう だいこん はねぎ いちご	700 29.8	
9	火	ぎゅうにゅう かにめし なまあげのくもくに みそしる くだもの	かに わかめ ぶたにく なまあげ みそ	こめ むぎ あぶら さとう でんぶ	にんじん だいこん はねぎ ほししいたけ ふるね ホールン グリーンピース たまねぎ こまつな くだもの	649 33.4	
10	水	ぎゅうにゅう むぎごはん 5・6年生リクエストおかず たまごスープ 5・6年生リクエストデザート	ぶたにく とうふ たまご	こめ むぎ あぶら さとう じゃがいも でんぶ ごまあぶら	にんにく ふるね 夕コ ピーマン えのきたけ たまねぎ チンゲンサイ	693 37.9	
11	木	ぎゅうにゅう むぎごはん さけのしおやきにびたし ぐだくさんじる プリン わかめしらすふりかけ	さけ とうふ あぶらあげ みそ わかめ しらす	こめ むぎ こんにやく さといも	ほうれんそう はくさい ごぼう ホールン だいこん こまつな	591 29.5	
12	金	ぎゅうにゅう チャンポンめん あげぎょうざ おひたし てづくり フルーツゼリー	ぶたにく ほたて えび かまぼこ かつおぶし	ちゅうかめん あぶら でんぶ	ふるね にんにく にんじん たまねぎ ほししいたけ キャベツ ほうれんそう パイン みかん もも	664 27.1	
15	月	ぎゅうにゅう カレーごはん ドライカレー ミルメーク グリーンサラダ くだもの	だいず チーズ スキムミルク こなチーズ ぎゅうにゅう とり	こめ むぎ あぶら さとう	たまねぎ にんじん ピーマン レタス キャベツ きゅうり ほしぶどう くだもの	653 28.9	
16	火	ぎゅうにゅう むぎごはん マーボー豆腐 じゃがいものちゅうかサラダ くだもの	ぎゅうにゅう ぶたにく みそ とうふ	こめ むぎ あぶら さとう でんぶ じゃがいも ごまあぶら	ふるね にんにく たまねぎ ほししいたけ 夕コ にんじん はねぎ きゅうり くだもの	658 26.5	
17	水	そつぎょうおいおいこんだて					

★ おしらせ ★ 今月の給食は13回の予定です。
3月5日(金) 1年生は校外学習のため、給食がありません。

🌸 ひなまつり 🌸
3月3日は「ひなまつり」です。
ひなまつりは、女の子の成長やしあわせを願う行事で、「桃の節句」ともいわれます。女の子のいる家では、ひな人形をかざり、桃の花やひなあられ、ひしもち、しろぎなどをおなえます。

こんねんど
今年度もものこりわずかとなりました。

ひしもちには、「ふゆ」から「はる」へのよろこびがあらわされています。

ひしもちの三色のいみは？

- ピンクは「もものはな」
- しろは「ゆき」
- みどりは「わかくさ」

こんねんど
今年度もおわりにちかづいてきました。

がくねん 学年さいごの給食のじかんとともに クラスの友達や先生とおいしくたのしくすごしましょう。