



<p>3月2日(月)</p> <p>さばのみそ煮 菜々あえ</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>豚肉とごぼうの炒め煮</p>	<p>3月3日(火)</p> <p>里芋コロッケ ポイルキャベツ ウスターソース</p> <p>牛乳</p> <p>ひなあられ</p> <p>ごはん</p> <p>菜の花のすまし汁</p>	<p>3月4日(水) ★たまご</p> <p>ドライカレー</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>★コーンスープ</p>	<p>3月5日(木)</p> <p>ひじきサラダ ごまドレッシング</p> <p>牛乳</p> <p>むぎ麦ごはん</p> <p>肉じゃが</p>	<p>3月6日(金)</p> <p>はるま春巻き</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>キムチ丼</p>	
<p>★除去食対応献立</p>	<p>3月9日(月)</p> <p>ホキフライ ポイルキャベツ ウスターソース</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>ふしめん汁</p>	<p>3月10日(火)</p> <p>和風サラダ 和風ドレッシング</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>豆腐とえびのチリソース煮</p>	<p>3月11日(水)</p> <p>とり肉のからあげ</p> <p>牛乳</p> <p>お祝いクレープ</p> <p>わかめごはん</p> <p>野菜スープ</p>	<p>3月12日(木)</p> <p>卒業式</p>	<p>3月13日(金)</p> <p>和風ハンバーグ</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>れんこんの炒め煮</p>
<p>ざらパン皿</p>	<p>3月16日(月)</p> <p>いわしのおかか煮 ゆかりづけ</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>ひじきのいため煮</p>	<p>3月17日(火)</p> <p>フルーツゼリーミックス</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>カレーライス</p>	<p>3月18日(水)</p> <p>海藻サラダ 青じそドレッシング</p> <p>牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>マーボー豆腐</p>	<p>3月19日(木) ★たまご</p> <p>ちくわの二色揚げ</p> <p>牛乳</p> <p>むぎ麦ごはん</p> <p>徳島たっぶりみそ汁</p>	<p>3月20日(金)</p> <p>春分の日</p>
<p>ちゅうわん中碗</p>	<p>3月23日(月)</p> <p>揚げぎょうざ</p> <p>牛乳</p> <p>ミニフィッシュ</p> <p>ごはん</p> <p>野菜いため</p>	<p>3月3日は「ひなまつり」です。「もの節句」ともいわれていて、昔から日本に伝わる伝統的な行事のひとつです。</p> <p>ひなまつりには、ひしもちや桃の花をそなえて、ちらし寿司やはまぐりのお吸い物、白酒、ひなあられなどでお祝いをします。このように行事の時に食べる特別な食事を行事食といいます。ひなまつりの行事食には、「1年間、健康で過ごせますように」という願いがこもっています。</p>			

しょうわん小碗

日	2	3	4	5	6	9	10	11	13	16	17	18	19	23
曜	月	火	水	木	金	月	火	水	金	月	火	水	木	月
1人あたり kcal	611	631	605	611	652	605	594	705	692	636	642	620	660	608
たんぱく質 g	27.2	19.2	25.1	20.9	19.4	21.4	23.4	23.4	25.1	26.7	21.5	27.3	23.4	23.1

学校給食配膳表 中学校

令和8年3月分

★除去食対応献立

- パン皿
- 大碗
- 中碗



3月2日(月)	3月3日(火)	3月4日(水)	3月5日(木)	3月6日(金)
さばのみぞれ煮 ゆかりづけ プリン 牛乳 ひじきの いため煮 ごはん	エビカツ ポイルキャベツ タルタルソース ひなあられ みそけんちん汁 牛乳 ごはん	きゅうりの 土佐あえ ミニフィッシュ 肉じゃが 牛乳 ごはん	揚げぎょうざ 牛乳 麦ごはん 中華丼	卒業式
3月9日(月) いわしの生姜煮 塩昆布あえ 牛乳 とりにくと こんにやくの みそ煮 ごはん	3月10日(火) ★卵 ★はんぺんの カレー揚げ ポイルキャベツ ウスターソース キャンディチーズ ごはん コンソメスープ 牛乳	3月11日(水) えだまめサラダ シーザードレッシング マーボー豆腐 牛乳 ごはん	3月12日(木) ★卵 阿波っ子ナムル ミックスナッツ 麦ごはん ★親子丼 牛乳	3月13日(金) とりにくのかおりあげ はくさいの付合わせ ポン酢しょうゆ 牛乳 ごはん みそ汁
3月16日(月) 肉だんごの照り煮 菜っ葉あえ 牛乳 五目炒め ごはん	3月17日(火) ★きんし卵 小さいわしのフライ 豆乳プリンタルト ちぐさあえ 牛乳 ごはん ひじきのり	3月18日(水) ヨーグルトあえ 牛乳 ごはん ハヤシ ライス	3月19日(木) さわらの すだち風味 牛乳 麦ごはん 菜の花の すまし汁	3月20日(金) 春分の日
3月23日(月) ★うずら卵 がんもどきの 含め煮 牛乳 ごはん ★豚肉と うずら卵の 野菜炒め	今年度も残りわずかになりました。 給食時間は楽しく過ごすことができましたか？服装や手洗い・消毒は しっかりできましたか？体調を崩さずに元気に過ごすことができました か？ この1年間を振り返ってみましょう。			

日	2	3	4	5	9	10	11	12	13	16	17	18	19	23
曜	月	火	水	木	月	火	水	木	金	月	火	水	木	月
エネルギー kcal	833	838	764	792	814	772	831	752	848	794	833	776	755	793
たんぱく質 g	29.7	26.2	31.3	30.9	32.2	25.9	35.7	29.7	32.6	28.7	24.3	23.9	31.3	31.1

