



# 3月こんだてひょう



	月	火	水	木	金
1	<p><b>あじのたび「ちばけん」</b></p> <p>なののはなあえ さんがやき</p> <p>まるむぎごはん じゃがいものみそしる</p>	<p><b>ミニりんごゼリー</b></p> <p>だいこんのナッツあえ</p> <p>パン あぶら さとう ごまあぶら</p> <p>パイパン とうにゅう タンタンめん</p>	<p><b>ひなまつりこんだて</b></p> <p>ひなあられ きびなごごまフライ</p> <p>ちらしずし おふのすましじる</p>	<p><b>わか えんそく お別れ遠足</b></p> <p>おべんとうをもってきてください。</p>	<p><b>はるか せんぎり</b></p> <p>ポテトサラダ</p> <p>コッパン うずらたまごいりカレー-とうふ</p>
	<p>こめ むぎ さとう あぶら</p> <p>ごま じゃがいも</p> <p>さん がやき あぶらあげ</p> <p>みそ (いりこ)</p> <p>キャベツ ほうれんそう</p> <p>コーン なののはな たまねぎ</p> <p>えのき にんじん ねぎ</p>	<p>パン あぶら さとう ごまあぶら</p> <p>ごま ラーメン アーモンド</p> <p>ぶたにく だいず とうにゅう</p> <p>みそ</p> <p>ねぎ しょうが もやし きゅうり</p> <p>たまねぎ にんじん だいこん</p> <p>チンゲンさい りんごゼリー</p>	<p>こめ むぎ さとう あぶら</p> <p>やきふ ひなあられ</p> <p>きんしたまご しらす とうふ わかめ</p> <p>かまぼこ きびなごごまフライ</p> <p>(かつおぶし・こんぶ)</p> <p>れんこん にんじん ごぼう たまねぎ</p> <p>せり かんぴょう しいたけ えのき</p>	<p>パン あぶら じゃがいも</p> <p>ノンエッグマヨネーズ</p> <p>とうふ うずらたまご</p> <p>ぶたにく だいず</p> <p>たまねぎ にんじん しょうが</p> <p>ねぎ にんにく きゅうり</p> <p>はるか</p>	
	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>	
8	<p><b>ほうれんそうのうめマヨあえ</b></p> <p>さばのソース</p> <p>まるむぎごはん とうふのみそしる</p>	<p><b>こくとう</b></p> <p>ピーンス いとこんぶのサラダ</p> <p>ミルクパン ごもくうどん</p>	<p><b>そくせきあえ</b></p> <p>さかなとれんこんのあまずいため</p> <p>むぎごはん かきたまじる</p>	<p><b>あじつけのり</b></p> <p>もやしのナムル</p> <p>ごはん チャーハン とうふ</p>	<p><b>ポイルキャベツ</b></p> <p>ホキフライ、タルタルソース</p> <p>きりめいりまるパン やさいのスープに</p>
	<p>こめ むぎ さとう</p> <p>ノンエッグマヨネーズ</p> <p>さば とうふ あぶらあげ わかめ</p> <p>みそ (いりこ)</p> <p>もやし ほうれんそう にんじん</p> <p>だいこん ねぎ しょうが</p> <p>うめ</p>	<p>パン うどん ごまあぶら</p> <p>さとう こくとう</p> <p>とり にく あぶらあげ かまぼこ</p> <p>わかめ いとこんぶ だいず</p> <p>(かつおぶし・こんぶ)</p> <p>たまねぎ にんじん ねぎ</p> <p>しいたけ キャベツ きゅうり</p>	<p>こめ むぎ でんぶん あぶら</p> <p>さとう じゃがいも</p> <p>ホキのこなつき たまご</p> <p>かまぼこ (かつおぶし・こんぶ)</p> <p>れんこん にんじん しめじ</p> <p>えだまめ キャベツ きゅうり</p> <p>たまねぎ えのき ねぎ</p>	<p>こめ さとう でんぶん あぶら</p> <p>さとう ごま あぶら</p> <p>とうふ ぶたにく みそ しらす</p> <p>あじつけのり</p> <p>たまねぎ にんじん たけのこ</p> <p>しいたけ にんにく しょうが</p> <p>ねぎ もやし にはら</p>	<p>パン あぶら じゃがいも</p> <p>タルタルソース(ノンエッグ)</p> <p>ホキのフライ ベーコン</p> <p>キャベツ たまねぎ だいこん</p> <p>にんじん しめじ ごまつな</p>
	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>
15	<p><b>ぱにのこんだて</b></p> <p>うまじゃこののぐ</p> <p>もやしのこまずあえ</p> <p>まるむぎごはん はるすいとん</p>	<p><b>フルーツミックス</b></p> <p>かみかみチーズサラダ</p> <p>コッパン ポークピーンス</p>	<p><b>ひごまるデー「チンゲンサイ」</b></p> <p>チンゲンさいとあつあけのちゅうかいため</p> <p>ひじききくらげ ぶりかけ</p> <p>むぎごはん みそワンタン スープ</p>	<p><b>そつぎょうおいわい</b></p> <p>きゅうしやく</p> <p>こうはく なます チキンカツ</p> <p>ケーキ</p> <p>せきはん すましじる</p>	<p><b>マーシャル</b></p> <p>ピーンス にんじんサラダ</p> <p>しょくパン タイピーエン</p>
	<p>こめ むぎ さとう あぶら</p> <p>ごますいとんめん じゃがいも</p> <p>ぱにのくしらす どり(いりこ)</p> <p>たまねぎ ごぼう ねぎ しょうが</p> <p>もやし きゅうり にんじん</p> <p>キャベツ こまつな しいたけ</p>	<p>パン じゃがいも さとう</p> <p>あぶら カシューナッツ</p> <p>ぶたにく だいず ベーコン</p> <p>しらす チーズ</p> <p>たまねぎ にんじん トマト</p> <p>キャベツ きゅうり パインかん</p> <p>おうとうかん みかんゼリー</p>	<p>こめ むぎ でんぶん さとう</p> <p>あぶら ワンタン ごま</p> <p>あつあけ ぶたにく いか ベーコン</p> <p>みそ しらす ひじき いかかつお</p> <p>たまねぎ チンゲンさい しめじ</p> <p>にんじん にんにく しょうが</p> <p>もやし コーン ねぎ きくらげ</p>	<p>せきはん ごま あぶら さとう</p> <p>ロールケーキ</p> <p>チキンカツ とうふ わかめ</p> <p>(かつおぶし・こんぶ)</p> <p>だいこん にんじん たまねぎ</p> <p>えのき ねぎ</p>	<p>パン はるさめ あぶら</p> <p>さとう マーシャルピーンス</p> <p>うずらたまご ぶたにく いか</p> <p>かまぼこ ツナ</p> <p>キャベツ たまねぎ にんじん</p> <p>ねぎ しょうが しいたけ</p> <p>きゅうり</p>
	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>
22	<p><b>ぶどうゼリー</b></p> <p>じゃこまめサラダ</p> <p>まるむぎごはん ポークカレー</p>	<p><b>そつぎょうしき 卒業式</b></p>	<p><b>しゅうりょうしき 修了式</b></p> <p>きいろのなかま</p> <p>あかのなかま</p> <p>みどりのなかま</p>	<p><b>卒業お祝い給食</b></p> <p>6年生のみなさんの卒業を祝うことが全体でお祝いしたいと思えます。給食がステキな思い出のひとつになりますように。</p> <p>6年給食発表会 給食ベスト10</p> <p>1位 フルーツミックス</p> <p>2位 てづくりゼリー</p> <p>3位 カレー</p> <p>4位 ませごはん</p> <p>5位 スパゲティ・ミートソース</p> <p>6位 キャンディーポテト</p> <p>7位 セルフパーガー</p> <p>8位 うどん、かみかみサラダ</p> <p>9位 さばのみそに</p>	<p><b>☆こんげつのもくひょう☆</b></p> <p>1ねんかんのはんせい</p> <p>3月は卒業や進級に向けて1年のまとめをする時期です。この1年間の食生活はいかがでしたか？食生活を振り返り、自分自身の健康についても考えてみましょう。</p> <p><b>1年間をふりかえろう</b></p>
	<p>こめ むぎ じゃがいも あぶら</p> <p>ごま さとう ごまあぶら</p> <p>ぶたにく チーズ きゅうり とうにゅう</p> <p>だいず しらす</p> <p>たまねぎ にんじん りんご</p> <p>にんにく しょうが キャベツ</p> <p>ゼリー</p>	<p>献立・材料・実施の有無は都合により変更することがあります。ご了承ください。</p>	<p>きいろのなかま</p> <p>あかのなかま</p> <p>みどりのなかま</p>	<p>せきはん ごま あぶら さとう</p> <p>ロールケーキ</p> <p>チキンカツ とうふ わかめ</p> <p>(かつおぶし・こんぶ)</p> <p>だいこん にんじん たまねぎ</p> <p>えのき ねぎ</p>	<p>パン はるさめ あぶら</p> <p>さとう マーシャルピーンス</p> <p>うずらたまご ぶたにく いか</p> <p>かまぼこ ツナ</p> <p>キャベツ たまねぎ にんじん</p> <p>ねぎ しょうが しいたけ</p> <p>きゅうり</p>
	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>	<p>き</p> <p>あか</p> <p>みどり</p>

**6年生のみなさん**  
ご卒業おめでとうございませう

しょうがっこう ねんかん きゅうしやく  
小学校6年間の給食はいかがでしたか？低学年の時は嫌いで食べられなかった物も、大きくなるにつれて少しずつ食べられるようになったという人も多いと思います。心も体もぐんと大きく成長しましたね！中学校でも食べることを、大切に、勉強やスポーツにはげんでくださいな！

**3月のおたのしみ給食を紹介します★**

**1日(月)** どうろう かいせけん あじ ちばけん  
東京オリンピック開催県をめぐる味のたび「千葉県」  
千葉県では8競技が開催されます。中でも、オリンピック史上初となるサーフィンが「釣ヶ崎海岸サーフィンビーチ」で行われます。  
**さん がやき**...昔から千葉県では魚がたくさんとれました。漁師たちは、とれた魚を船の上でみそと一緒に細かくたたいて「なめろう」という料理を作ります。山への仕事の際には、これを持っていき、山小屋で焼いて食べたそうです。山の家で食べた料理ということで「山家焼き」と呼ぶようになったといわれています。  
**17日(水)** ひごまるデー「チンゲンサイ」熊本市の北部地区でとれたチンゲン菜を使います。  
～クイズ～ チンゲン菜はどこで生まれた野菜でしょうか？  
①アメリカ ②中国 ③韓国  
こたえはきゅうしやくの前のけいじばんにあるのでみてね！