



## 3月分 給食献立表

大田区立志茂田小学校

| 日  | 曜 | 献立                                                     | 栄養量(中学年)      |           |
|----|---|--------------------------------------------------------|---------------|-----------|
|    |   |                                                        | エネルギー<br>kcal | たん白質<br>g |
| 3  | 月 | ♪ひなまつり給食♪<br>ちらしずし ギョウにゅう さかなのねぎソースかけ カラフルすましじる くだもの   | 562           | 27.9      |
| 4  | 火 | ♪なかよし班 お別れ給食♪<br>カレーライス ギョウにゅう かいそうサラダ                 | 656           | 20.0      |
| 5  | 水 | ジャージャーめん ギョウにゅう ビーンズポテト くだもの                           | 623           | 25.9      |
| 6  | 木 | ごはん ゆかりじゃこふりかけ ギョウにゅう やさいとさつまあげのもの なのはなのごまあえ           | 605           | 25.0      |
| 7  | 金 | ♪6年生が家庭科で考えた献立③♪<br>まきまきあげパン のむヨーグルト ポトフ オニオンドレッシングサラダ | 605           | 19.5      |
| 10 | 月 | ♪パースデー給食♪<br>ちゃんこうどん ギョウにゅう だいこんサラダ まっちゃパウンドケーキ        | 580           | 22.2      |
| 11 | 火 | しせんどうふどん ギョウにゅう ワンタンスープ しゅわしゅわフルーツポンチ                  | 631           | 24.4      |
| 12 | 水 | タンドリーチキンバーガー ギョウにゅう ヌードルスープ くだもの                       | 568           | 32.6      |
| 13 | 木 | メキシカンライス ギョウにゅう ようふうたまごやき やさいスープ                       | 598           | 22.2      |
| 14 | 金 | ♪6年生が家庭科で考えた献立④♪<br>さかなのかばやきどん ギョウにゅう こんぶサラダ とんじる くだもの | 662           | 24.7      |
| 17 | 月 | パンプキンパン ギョウにゅう さけのこめこクリームシチュー パリパリサラダ くだもの             | 564           | 25.2      |
| 18 | 火 | ♪卒業お祝い給食&セレクト給食♪<br>たいめし セレクトドリンク ロックチキン いそあえ おいおいスープ  | 589           | 30.5      |
| 19 | 水 | プルコギどん ギョウにゅう にらたまスープ くだもの                             | 599           | 24.9      |
| 21 | 金 | スパゲティカレーミートソース ギョウにゅう マセドアンサラダ おたのしみデザート               | 753           | 27.2      |

ハンカチ・ティッシュは毎日持って来て、  
マスクは必ず2枚ランドセルに入れておきましょう。  
月曜日はランチョンマットを忘れずに!!



はる きょう し きょう し しょく  
春の行事と行事食

がつ みつ か  
**3月3日**  
◆ひなまつり◆  
うしおじる  
はまぐりの潮汁 ひしもち

がつ 20 か  
**3月20日ごろ**  
しゅんぶん ひ はる ひがん  
◆春分の日(春のお彼岸)◆  
ぼたもち

さくら かい か  
**桜開花のころ**  
はな み  
◆お花見◆  
はな み だん こ  
花見団子  
こうらくべんとう  
行楽弁当