

令和4年度



3月給食献立表



家庭数配布

実施予定回数14回

大田区立志茂田中学校

実施日	曜日	献立	栄養量		おたより
			エネルギー kcal	たんぱく質 g	
1	水	ツナちくわピラフ 牛乳 キッシュ ABCトマトスープ くだもの	753	33.5	<p>梅の花がほころび、寒さの中にも春の訪れを感じます。 今年度の給食も、感染症予防対策を取りながら進めてきました。そのような中でも、楽しみにしている生徒が多いバースデー給食やお話給食、セレクト給食などを実施することができました。3学期は、3年生のリクエスト給食を取り入れています。志茂田中学校の給食が思い出の一つになれば幸いです。</p> <p>今月の献立紹介</p> <p>2日(木)・15日(水) 志茂田小学校6年生が家庭科の授業で考えた献立です。青春シチュー（ホワイトシチュー）は、来年度もたくさんの希望を持つという意味が込められています。</p> <p>16日(木)セレクト給食 3学期は、ドリンクセレクトです。りんご、ぶどう、コーヒー、牛乳の中から1つ選びます。各学級の集計は、保健給食委員が行います。</p> <p>卒業おめでとうございます</p> <p>3年生の給食最終日は、卒業お祝い給食を予定しています。 楽しかった中学校生活を思い出しながら、最後の給食時間を過ごしてください。 3年生の皆さんは、卒業すると自分で食事を選ぶ機会も増えていきます。将来にわたって健康に過ごすためにも、時折給食を思い出し、バランスよく食べることを心がけてください。</p> <p>●白衣を持ち帰ります● 当番の生徒が白衣、帽子、袋を持ち帰ります。洗濯をしてアイロンをかけてから各学年の回収日に持たせていただくようお願いいたします。 3年生回収日 3月13日(月) 1・2年生回収日 3月24日(金)</p>
2	木	牛丼 飲むヨーグルト 豚汁 ★しゅわしゅわポンチ	838	34.6	
3	金	♪ひな祭り給食♪ ちらし寿司 牛乳 真鯛のレモン香り揚げ カラフルすまし汁	775	35.0	
6	月	ミートドッグ 牛乳 ポトフ コールスローサラダ くだもの	757	26.0	
7	火	♪旬を味わう給食♪～菜の花～ じゃこわかめご飯 牛乳 野菜とさつま揚げの煮物 菜の花のごまあえ くだもの	770	35.4	
8	水	★カレーライス 牛乳 海藻サラダ アイスクリーム	751	26.9	
9	木	ごはん 牛乳 ★ヤムニョムチキン ナムル わかめたまごスープ	808	24.3	
10	金	あんかけ焼きそば 牛乳 ★ビーンズポテト くだもの	855	33.3	
13	月	ひじきご飯 牛乳 魚のねぎソースかけ 豆腐団子汁	752	34.9	
14	火	♪3月バースデー給食♪ みそ煮込みうどん 牛乳 大根サラダ ★抹茶パウンドケーキ	783	25.2	
15	水	ミルクパン 牛乳 青春シチュー ★パリパリサラダ くだもの	810	33.6	
16	木	♪卒業お祝い&セレクト給食♪ 赤飯 セレクトドリンク ★ロックチキン 昆布サラダ お祝いスープ	851	27.7	
17	金	卒業式			
20	月	♪かみかみ給食♪ 高菜チャーハン 牛乳 いかのかりんと揚げ マロニースープ	775	32.8	
22	水	スパゲティミートソース 牛乳 コーンサラダ くだもの	827	24.7	
23	木	給食なし			
24	金	修了式			

(注) 食材料購入や学校行事などの都合により、献立を変更することがあります。

★印は3年生のリクエスト給食です。