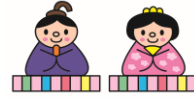


令和5年度



3月給食献立表



実施予定回数13回

大田区立志茂田中学校

実施日	曜日	給食のない学年	献立	栄養量		おたより
				エネルギー kcal	たんぱく質 g	
1	金	3年	★ウインナーカレーライス 牛乳 わかめサラダ	782	20.3	<p>梅の花がほころび、寒さの中にも春の訪れを感じます。 今年度も、衛生管理に留意し、安全でおいしい給食の提供に努めてきました。楽しみにしている生徒が多いバースデー給食やセレクト給食、お話給食、また、4年ぶりにランチルーム給食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> <div style="text-align: center;"> <p>今月の献立紹介</p> </div> <p>4日(月)ひな祭り給食 ひな祭りは、女の子の健やかな成長を願う行事として、昔から親しまれてきました。お祝いごとには欠かせないちらし寿司とカラフルスープを作り、お祝いをします。</p> <p>18日(月)卒業お祝い&セレクト給食 3年生の給食最終日は、卒業お祝い給食です。赤飯とリクエストのロックチキンを作り、お祝いをします。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。 ドリンクのセレクトは、りんご、オレンジ、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した。</p> <div style="text-align: center;"> <p>卒業おめでとうございます</p> </div> <p>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。 毎日の食事を大切にして、充実した日々を送ってほしいと思います。</p> <div style="text-align: center;"> <p>●白衣を持ち帰ります●</p> <p>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18日(月) 1・2年生回収日 3月23日(金)</p> </div>
4	月		♪ひな祭り給食♪ ちらし寿司 牛乳 魚のねぎソースかけ カラフルすまし汁 くだもの	709	35.7	
5	火	3年	ハンバーガー 牛乳 ヌードルスープ	761	35.2	
6	水		♪かみかみ給食♪ 魚のかば焼き丼 牛乳 おかか和え 根菜のごまみそ汁	801	26.7	
7	木		メキシカンライス 牛乳 洋風たまご焼き 野菜スープ	741	26.5	
8	金		♪3月バースデー給食♪ ちゃんこうどん 牛乳 大根サラダ マドレーヌ	723	27.6	
11	月		★牛丼 牛乳 沢煮椀 くだもの	753	29.9	
12	火	3年1組	たきこみご飯 牛乳 焼き魚 豚汁 くだもの	719	36.0	
13	水		ビスキュイパン 牛乳 レンズ豆のシチュー カリカリじゃこサラダ	710	30.5	
14	木		ごはん 海苔のふりかけ 牛乳 肉じゃが煮 ごま和え	725	27.0	
15	金		マーボー豆腐丼 牛乳 中華風たまごスープ くだもの	730	30.6	
18	月		♪卒業お祝い&セレクト給食♪ 赤飯 セレクトドリンク お祝いスープ ★ロックチキン 昆布サラダ	854	30.7	
19	火		卒業式			
21	木	3年	キャロットライスクリームソースかけ 牛乳 ジュリエンヌスープ くだもの	775	32.8	
22	金		給食なし			
25	月		修了式			
平均				749	29.3	

(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。