

が　　つ　　こ　　う　　き　　ゆう　　し　　よく　　よ　　て　　い　　こ　　ん　　だ　　て　　ひ　　よう

学校給食予定献立表

卒業
卒

が　　つ　　き　　ゆう　　し　　よく　　も　　く　　ひ　　よう

3月の給食目標

ね　ん　かん

1年間をふいかえろう

献立名	使用材料	グラム	き	あ	み	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム	き	あ	み	エネルギー (カロリー)
3日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	5日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	70	○			530	ぎゅうにゅう	アップルパン	50	○			577
ちらしずし	す	11.5					ほき	60		○			
	さとう	7.7	○			小(高)	アップルパン	しお	0.2				小(高)
	しお	0.45				614		こしょう	0.03				638
とうふと	だしこんぶ	0.3					しろみぎかなの	しろワイン	2				
みつばの	たまご	15				中・高	マスタードやき	マスタード	3				中・高
みそしる	あぶら	2	○			746	リヨネーズポテト	エッグケアマヨネーズ	10	○			799
	かまぼこ	10		○			ベーコン	10		○			
ひなまつりゼリー	にんじん・たけのこ	8			○		じゃがいも	45	○			○	
	ほししいたけ	0.5			○		たまねぎ	15					
	ふきみずに	8			○		オリーブオイル	2	○				
	こうやどうふ	5					しお	0.1					
	さとう	2	○				こしょう	0.01					
	うすくちしょうゆ・みりん						たまご	15		○			
	だしじる						パンこ	1.5	○				
	きぎみのり	1袋			○		たまねぎ	30				○	
	とうふ	20			○		にんじん	10				○	
	うすあげ	10			○		キャベツ	15				○	
	みつば	2			○		しめじ	5				○	
	えのきだけ	5			○		パセリ	0.05				○	
	たまねぎ	15			○		しろワイン	2					
	わかめ	0.3			○		【イタリア】	とりがらスープ					
	あかみそ	6			○		イタリア風の	しお	0.2				
	だしじる						きたま汁です。	こしょう	0.03				
	ひなまつりゼリー	1個	○					やさしいブイヨン					
4日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	6日(木)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			525	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			638
	ぶたにく	35		○			ヒレカツ	60	○	○			
ごはん	やきどうふ	35		○		小(高)	カツカレー	あぶら		○			小(高)
	たまねぎ	25			○	596		じゃがいも	25	○			719
すきやきふうに	はくさい	20			○		はくさいの	たまねぎ	40			○	中・高
	しろねぎ・にんじん	10			○	中・高	コールスロー	にんじん	15			○	889
ひじきと	しらたき	20	○			733	サラダ	ほうれんそう	15			○	
ブロッコリーの	やきふ	2.5	○					にんにく	0.3			○	
サラダ	あぶら	1	○					しょうが	0.3			○	
	さとう	5	○					ソテードオニオン				○	
	しょうゆ	8						あぶら	1	○			
	さけ	2						カレールウ	16	○			
	みりん	2						カレーこ	0.2				
	だしじる							ケチャップ	1				
	ひじき	1		○				ウスターソース	1				
	だいずもやし	15			○			とりがらスープ				○	
	にんじん	10			○			ツナ	10		○		
	ブロッコリー	20			○			はくさい	40			○	
	す	2.5						ホールコーン	5			○	
	うすくちしょうゆ	1.5						しょうゆ	2				
	さとう	1	○					さとう	1.5	○			
	しお・こしょう							す	1.5				
	あぶら	2	○					エッグケアマヨネーズ	1.5	○			

まつ　　いろ

ひな祭りの色

ねえ、ひな祭りの食べ物って、なんで白やピンク、緑色をしているの？

それはね、

緑は春の大地の色、
ピンクは桃の花の色、
白は雪の色。

木には美しい桃の花が咲く様子を表現しているのよ。

卒業お祝い
ひなまつり
卒業

昔の人は、春を待ち望む気持ちがとても強かったの。あなたの成長と一緒に、私も。

(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)

そつぎょう
ご卒業
おめでとうございます



献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)
11日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	12日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	こめ	70	○			532	ぎゅうにゅう	こめ	80	○			547
	ロースハム	20		○				やさいふりかけ	1袋				
ハムピラフ	たまねぎ	35			○	小(高)	ごはん	ぎゅうにく	50		○		小(高)
	ホールコーン	10			○	602		たまねぎ	45			○	625
トマトと	マッシュルーム	5			○		やさいふりかけ	にんじん	15			○	
こまつなの	オリーブオイル	3	○			中・高		キャベツ	40			○	中・高
スープ	しろワイン	2				723	ぎゅうにくの	しろねぎ	10			○	774
	しお	0.1					やきにくふういため	しろごま	1	○			
フライドポテト	こしょう	0.03						ごまあぶら	1	○			
	やさいブイヨン	0.3					はるやさいの	あかみそ	2		○		
げんきヨーグルト	とりにく	15		○			すましじる	しょうゆ	3				
	トマト	10			○			さとう	2.5	○			
	たまねぎ	15			○			さけ	2				
	こまつな	15			○			しお	0.2				
	しめじ	8			○			こしょう	0.01				
	オリーブオイル	1	○					たまねぎ	15			○	
	とりがらスープ							たけのこ	10			○	
	しろワイン	2						じゃがいも	20	○			
	しお	0.1						ごぼう	10			○	
	こしょう	0.03						にんじん	8			○	
	じゃがいも	70	○					あおねぎ	3			○	
	あぶら	2	○					うすくちしょうゆ・さけ					
	しお	0.1						しお・こしょう					
	げんきヨーグルト	1個		○				だしじる・だしこんぶ					

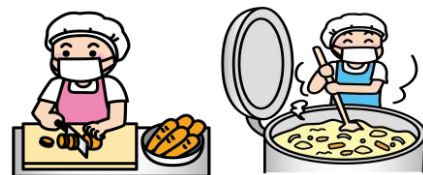
そつ ぎょう せい みな
卒業生の皆さんへ



しょうがくぶ ねんせい ちゅうがくぶ ねんせい こうとうぶ ねんせい
小学部6年生、中学部3年生、高等部3年生のみなさん、
そつぎょう とも せんせい
ご卒業おめでとうございます。友だちや先生とのわか
れはさみしいけれど、ゆめ きぼう み あたら みち だいいつ
夢と希望に満ちた新しい道への第一
ぽ ほんこう きゆうしよく ひ び きゆうしよく
歩です。また本校の給食ともおわかれです。日々の給食か
らどのようなことを感じ学びましたか？ た たいせつ
食べることを大切に
じぶん じしん たいせつ
にすることは、自分自身を大切にすることにつながります
きゆうしよく まな せいかつ い けんこう
す。給食から学んだことをこれからの生活に活かし、健康
じゅうじつ まいにち おく ねが
で充実した毎日を送ってほしいと願っています。そして、
ゆめ かがや みらい き ひら
夢にむかって、輝く未来を切り開いてください。



給食室では、今年度もいろいろな給食をつくりました！
たくさん食べてくれてありがとうございました。



(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)

が　っ　こ　う　き　ゅ　う　し　ょ　く　よ　う　て　い　こ　ん　だ　て　ひ　ょ　う

学校給食予定献立表

1年間よくがんばりましたね！

献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)	献立名	使用材料	グラム	き	あか	みどり	エネルギー (カロリー)
14日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)	19日(水)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
ぎゅうにゅう	うずまきパン	50	○			546	ぎゅうにゅう	バターロール	40	○			563
	にくじゃがコロッケ	50	○	○				スパゲティ	40	○			
うずまきパン	ブロッコリー	30			○	小(高)	バターロール	ウインナー	15		○		小(高)
	にんじん	10			○	604		はるキャベツ	40			○	625
にくじゃが	ホールコーン	8			○		はるキャベツの	たまねぎ	35			○	
コロッケ	オリーブオイル	1	○			中・高	スパゲティ	にんじん	10			○	中・高
	しょうゆ・しお・こしょう					733		マッシュルーム	5			○	767
ブロッコリーと	ほうれんそう	15			○		ツナとだいこん	にんにく	0.5			○	
コーンのソテー	たまねぎ	25			○		のサラダ	オリーブオイル	3	○			
	にんじん	10			○			しょうゆ	1.5				
ほうれんそうと	しめじ・まいたけ	5			○			しろワイン	2				
きのこの	オリーブオイル	1	○					とりがらスープ					
クリームスープ	とうにゅう	20		○				しお	0.3				
	ホワイトルウ	8	○					こしょう	0.03				
	しろワイン	1						ツナ	10		○		
	とりがらスープ							だいこん	25			○	
	しお・こしょう・やさしいブイヨン							にんじん	10			○	
17日(月)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)		ホールコーン	8				
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			528		りんごす	3.8				
	ぶたミンチ	30		○				オリーブオイル	1.8	○			
ごはん	ビーフン	15	○			小(高)		しお	0.1				
	もやし	20			○	604		こしょう	0.01				
にくみそビーフン	たけのこ・しろねぎ	10			○			さとう	0.6	○			
	たまねぎ・にんじん	15			○	中・高		しょうゆ	0.5				
とうふと	ほししいたけ	0.3			○	747	21日(金)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)
わかめの	しょうが	0.3			○		ぎゅうにゅう	こめ	80	○			545
ちゅうかスープ	あぶら・ごまあぶら		○					さのたまあじつけのり	1袋		○		
	しろごま	0.5	○				ごはん	とうふハンバーグ	50		○		小(高)
	さとう	1.5	○					こまつな	10			○	607
	あかみそ	2.3		○			さのたま	たまねぎ	30			○	
	しょうゆ・とりがらスープ						あじつけのり	にんじん	10			○	中・高
	トウバンジャン	0.05						しろねぎ	10			○	735
	とうふ	20			○		とうふバーグ	あぶら	1	○			
	はくさい	20			○		カレーあんかけ	しょうゆ	0.7				
	たまねぎ・にんじん	10			○			さけ・みりん	1				
	わかめ	0.3		○			はくさいと	カレールウ	5	○			
	しょうが	0.5			○		しょうがの	カレーこ	0.1				
	さけ・しょうゆ	1					スープ	だしじる					
18日(火)	ぎゅうにゅう	206		○		小(低)		かたくりこ	1.5				
ぎゅうにゅう	こめ	80	○			584		ぶたミンチ	15		○		
	しゅうまい	36	○	○				はくさい	30			○	
ごはん	こまつな	15			○	小(高)		もやし	10			○	
	だいずもやし	20			○	650		えのきだけ	5			○	
むししゅうまい	たまねぎ・にんじん	10			○			にんじん	5			○	
	にんにく・しょうが	0.3			○	中・高		わかめ	0.3		○		
こまつなと	ごまあぶら	1				806		しょうが	0.5			○	
だいずもやしの	さけ・しょうゆ・こしょう							ごまあぶら	1	○			
いためもの	ぶたにく	25			○			さけ・しお					
	じゃがいも	35	○					とりがらスープ					
カムジャタン	たまねぎ・にんじん	15			○								
	はくさい	30			○								
	にら・えのきだけ	4			○								
	にんにく	0.5			○								
	ごまあぶら	1	○										
	しろごま	0.5	○										
	うすくちしょうゆ・しょうゆ												
	さけ・しお・とりがらスープ												
	あかみそ	1		○									
	さとう	1	○										
	トウバンジャン	0.05											



世界の料理

カムジャタン

【韓国】

韓国の有名な鍋料理です。



給食最終日

ねん　かん

1年間、ありがとうございました

今年度の給食は3月21日（金）で終了します。今年度も1年間、本校の学校給食、食育の取り組みに深いご理解とご協力ありがとうございました。



(仕入材料等の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。)