



日付	こんだてめい 食材等の都合により献立が変わることがあります。		食品のはたらき						栄養価 エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
			はし スプーン フォーク	おもにエネルギーの もとになる食品 (きいろ)	おもにからだをつくる もとになる食品 (あか)	おもにからだのようしを とどめるもとになる食品 (みどり)	はし スプーン フォーク	はし スプーン フォーク	
1木	ちらしずし 行事食	牛乳 だし巻きたまご 白菜のあさづけ すまし汁 三色ゼリー	はし スプーン	ごはん	たまご とうふ はんぺん	牛乳	にんじん はいさい きゅうり だいこん ねぎ えのきたけ しいたけ	597 24.9 14.0 3.5	
2金	ツイストパン	牛乳 チキンのチーズ焼き 大根と水菜のサラダ(ド) コンソメスープ アイスクリーム	スプーン フォーク	パン	チキン まぐろ ベーコン	牛乳 チーズ	にんじん みずな パセリ コーン	599 28.3 23.0 3.1	
5月	むぎごはん 麦ごはん	牛乳 野菜カレー 豚カツ こんにやくサラダ(ド)	スプーン フォーク	むぎごはん じゃがいも	あぶら ぶたにく	牛乳 脱脂粉乳 わかめ	にんじん いんげん トマト たまねぎ しょうが にんにく こんにやく キャベツ きゅうり	779 23.6 24.9 3.0	
6火	ごはん	牛乳 さばの塩焼き 切り干し大根の含め煮 田舎汁	はし	ごはん さとう じゃがいも	あぶら さば あぶらあげ ごおりとうふ みそ	牛乳	にんじん きりぼしだいこん こんにやく ねぎ しいたけ だいこん もやし	652 29.6 22.1 3.0	
7水	ロールパン	牛乳 オムレツ(ケ) コーンサラダ(ド) かぼちゃのポタージュ	スプーン フォーク	パン	あぶら オムレツ	牛乳 生クリーム	にんじん かぼちゃ パセリ キャベツ きゅうり コーン たまねぎ	655 22.8 26.5 2.7	
8木	ごはん	牛乳 チキンソースカツ おかかあえ 臭汁	はし	ごはん さとう じゃがいも	あぶら ごま チキンカツ みそ かつおぶし だいず とうにゅう あぶらあげ	牛乳	ごまつな にんじん キャベツ だいこん ごぼう ねぎ こんにやく	609 21.9 19.1 2.6	
9金	うどん	牛乳 しゅんぎく 春菊のかきあげ ほうれん草のごまあえ きつねうどん汁 オレンジ	はし	うどん こむぎこ さとう	あぶら ごま ぶたにく なると あぶらあげ	牛乳	しゅんぎく ほうれん草 にんじん もやし たまねぎ ねぎ しいたけ オレンジ	776 24.2 25.3 3.8	
12月	ごはん	牛乳 ハンバーグおろしソースかけ ひじきの炒り煮 tonton汁	はし	ごはん さとう じゃがいも すいとん	あぶら バター ルバーグ とうふ みそ ごおりとうふ だいず さつまあげ ぶたにく あぶらあげ ミートボール	牛乳 ひじき	にんじん いんげん だいこん こんにやく たまねぎ ごぼう しめじ えのきたけ しょうが ねぎ	686 28.6 15.0 3.8	
13火	ごはん	牛乳 はるまき ちゅうか まーぼー豆腐 春巻 中華あえ 麻婆豆腐	はし スプーン	ごはん さとう でんぶん	あぶら ごま油 はるまき とうふ とりにく ぶたにく おから みそ	牛乳	にんじん にら キャベツ きゅうり ねぎ こんにやく たけのこ たまねぎ にんにく しいたけ しょうが	661 25.4 22.6 2.0	
14水	ごはん	牛乳 あじの一夜干し 香味づけ ぶたにく 豚肉とじゃがいもの南蛮煮	はし	ごはん じゃがいも さとう	ごま あぶら あじ ぶたにく みそ	牛乳	にんじん キャベツ きゅうり たくあん たまねぎ ごぼう グリンピース こんにやく	602 26.9 14.1 2.8	
15木	ラーメン	牛乳 ボークしゅうまい(2) 壺わかめのナムル しょうゆラーメンスープ	はし	ラーメン さとう	ごま ごま油 しゅうまい ぶたにく なると	牛乳 くわかめ	ほうれん草 にんじん キャベツ ねぎ もやし にんにく	561 26.8 11.5 4.6	
16金	せわ 背割り コッペパン	牛乳 レバーフランクのトマトソースかけ チーズサラダ(ド) 野菜たまごスープ	スプーン フォーク	パン さとう	あぶら レバーフランク チーズ たまご	牛乳	にんじん チンゲンサイ たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	570 23.5 24.2 3.0	
19月	ごはん	牛乳 みそだれ焼き肉 だいこん 大根ときゅうりのあさづけ ぎょうざスープ	はし	ごはん さとう	あぶら ごま油 ごま ぶたにく みそ ぎょうざ	牛乳	ピーマン にんじん チンゲンサイ たまねぎ ねぎ しょうが にんにく だいこん きゅうり しいたけ	613 24.0 17.9 2.9	
20火	せきはん 赤飯 ごま塩 行事食	牛乳 わかどり 若鶏のからあげ(2) こまつな 小松菜のおひたし はる 春キャベツのみそ汁 お祝いクレープ	はし	せきはん でんぶん	ごま あぶら とりにく みそ あぶらあげ	牛乳	ごまつな にんじん しょうが もやし たまねぎ だいこん えのきたけ キャベツ	716 30.1 26.2 3.2	
22木	しゃく 食パン	牛乳 フィレオフィッシュ(タルタルソース) カラフルサラダ(ド) ミネストローネ	スプーン フォーク	パン じゃがいも マカロニ	あぶら 卵黄ソース さかなフライ ベーコン だいず	牛乳	パプリカ にんじん パセリ トマト オレンジジュース コーン きゅうり キャベツ だいこん たまねぎ セロリ にんにく	625 24.1 18.7 2.5	
								月平均栄養量	647 25.6 20.3 3.1

※()の数はもりつけ数です。
※(ド)はドレッシング、(ケ)はケチャップがつきます。

今月の行事食は、ひな祭り・卒業祝いです。

～ひな祭り～ 

ちらしずし 牛乳
だし巻きたまご
白菜のあさづけ
すまし汁
三色ゼリー

～卒業祝い～ 

赤飯 ごま塩 牛乳
若鶏のからあげ
小松菜のおひたし
春キャベツのみそ汁
お祝いクレープ

【今月の前橋産】

- ・アンダーラインのひいてある野菜
- ・すべての米・ベーコン
- ・「tonton汁」、「豚肉とじゃがいもの南蛮煮」の豚肉



保護者の皆様へ

【3月分給食費口座振替日】
平成30年4月2日(月)