

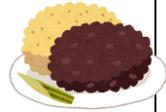


がっ  
3月

ひょう  
こんだて表



出典：いらすとや

げつ 月	か 火	すい 水	もく 木	きん 金
3日	4日	5日	6日	7日
く ない い っ せ い ざ ん ざ い ち ょ う さ き かん 区内一斉残菜調査期間				
<p><b>鉄</b> (てつぶんきょうか) 【鉄分強化】</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>か おや こん ◆変わり親子丼</p> <p>あ からし和え</p> <p>さんしょくだいふく 三色大福</p>	<p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>はる 春のゆかりごはん</p> <p>さかな きん 魚(銀だら)のにんにくみそ焼き</p> <p>じる けんちん汁</p>	<p>のむヨーグルト(みかん)</p> <p>こまつ ない 小松菜入りカレーライス</p> <p>フレンチサラダ</p>	<p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ペンネ・ボロネーゼ</p> <p>ごまドレサラダ</p> <p>オレンジポンチ</p>	<p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>メープルトースト</p> <p>チキンクリームスープ</p> <p>いちご</p>
10日	11日	12日	13日	14日
<p>せ かい り ょ う り 【世界の料理 タイ】</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>★ガパオライス</p> <p>ビーフンスープ</p> <p>いちご(食べ比べ)</p> 	<p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ひじきごはん</p> <p>さかな べに しお や 魚(紅さけ)の塩焼き</p> <p>じる かきたま汁</p>	<p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>まーぼーどう ふ どん 麻婆豆腐丼</p> <p>てっこつ 鉄骨ごまサラダ</p>	<p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>2 瓶詰をゼロに</p> <p>12 つくる責任 つかう責任</p> <p>★エコふりかけ</p> <p>ししゃもの南蛮焼き</p> <p>じる さつま汁</p>	<p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>カレーうどん</p> <p>いももち</p> <p>れいとう 冷凍パイ</p>
17日	18日	19日	20日	21日
<p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>タンメン</p> <p>てっ 鉄ちゃんビーンズ(甘辛)</p>	<p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ココアパン</p> <p>スパニッシュオムレツ</p> <p>マカロニスープ</p> <p>かんきつ</p>	<p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>さかな きんめ 魚(金目だい)の香り焼き</p> <p>みそドレッシングサラダ</p> <p>まる 丸ごとわかめスープ</p>	<p>しゅんぶん ひ 【春分の日】</p> <p>春分の日</p> 	<p>そつぎょう いわ こんだて 【卒業お祝い献立】</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p> <p>ちらし寿司</p> <p>とりのから揚げ</p> <p>いわ お祝いすまし汁</p> <p>たの お楽しみデザート</p>
<p>がっ 3月</p> <p>し どうもくひょう 指導目標</p> <p>きゅうしょく しどう ねんかん きゅうしょく みなお</p> <p>◎ 給食指導：一年間の給食を見直そう</p> <p>えいよう しどう じぶん しょくせいかつ みなお</p> <p>◎ 栄養指導：自分の食生活を見直そう</p> 				

◆は、不足しがちな「鉄」がたっぷり入ったメニューです。

★は、食育推進のための特色あるメニューです。

※都合により献立を一部変更することがあります。