

月

火

水

木

金



ごはん  
あじフライ ポイルキャベツ  
五目きんぴら  
かぼちゃのサラダ  
玉ねぎのみそ汁  
牛乳

2



セルフ鮭ちらしずし  
鶏肉の香味焼き  
ほうれん草のおひたし  
手作りひなあられ  
沢煮椀  
牛乳

3



具を酢飯に  
のせて食べてね  
金芽米ごはん  
高野豆腐と野菜の揚げ煮  
ゆかり和え  
のりの佃煮  
大根のみそ汁  
牛乳

4



青森県五戸町の  
お米を使います  
ごはん  
八宝菜  
鶏ささみのレモン煮  
わかめのサラダ  
にらのスープ  
牛乳

5



赤飯  
金目鯛の竜田揚げ  
筑前煮  
酢みそ和え  
お祝いすまし汁  
りんごジュース

6



ごはん  
ポークストロガノフ  
いかのから揚げ  
オレンジ  
ジュリアンスープ  
牛乳

9



ごはん  
生揚げと野菜のカレー煮  
ごまのり和え  
大豆と小魚の揚げ煮  
小松菜のみそ汁  
牛乳

10



祝  
卒業

11



ロールパン  
ミートローフ  
みそドレッシングサラダ  
ニヨッキのミルク煮  
かぶのスープ  
牛乳

12



ごはん  
まぐろの角煮  
和風チャブチエ  
小松菜と油揚げの煮びたし  
すいとん汁  
牛乳

13



チキンライス  
ししゃものフリッター  
プロッコリーとエビのオイスター炒め  
フルーツのヨーグルト和え  
白菜とベーコンのスープ  
牛乳

16



ごはん  
ホイコーロー<sup>†</sup>  
岩石揚げ  
春雨サラダ  
わかめスープ  
牛乳

17



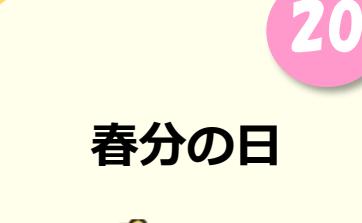
肉みそを  
めんにからめて  
食べよう♪  
ジャージャーメン  
揚げ出し豆腐きのこあんかけ  
ごま酢和え  
さつまいもの甘煮  
牛乳

18



ごはん  
さばの甘辛焼き 青のりポテト  
ひじきのサラダ  
煮豆  
豆乳みそ汁  
牛乳

19



春分の日



ターメリックライス  
タンドリーチキン  
じゃがいもとコーンのソテー  
ゆで野菜のドレッシング和え  
オニオンスープ  
牛乳

23



いりこ菜めし  
豚肉とじやがいもの南蛮煮  
千草焼き  
揚げボールのてり煮  
豆腐スープ  
牛乳

24



ごはん  
メンチカツ  
コールスローサラダ  
ペネのトマトソース  
チンゲン菜のスープ  
牛乳

25

## 新学期に向けて 食生活を見直しましょう



今学年での給食は今月で終わり、  
春休みは次の学校や学年への準備期間  
です。生活環境が変わると心や体に負担がかかり、疲れやすくなります。  
毎日を健康に過ごすためには、生活リズムを整えることが大切です。  
春休み中も、決まった時間に起きて朝ごはんを必ず食べましょう。  
早寝・早起きを心がけ、1日3食しっかり食べて、  
新学期を元気に迎えられるように準備しましょう。

### 食物アレルギー 対応食

あじフライ  
(→卵抜き)

セルフ鮭ちらしずし  
(→炒り卵抜き)

ポークストロガノフ  
(→バター・生クリーム抜き)

ロールパン(→ごはん) ミートローフ(→卵・牛乳抜き)  
ニヨッキのミルク煮(→ニヨッキのコンソメ煮)

岩石揚げ  
(→卵抜き)

ターメリックライス(→バター抜き)  
タンドリーチキン(→ヨーグルト抜き)

チキンライス(→バター抜き)  
ししゃものフリッター(→チーズ・卵抜き)  
フルーツのヨーグルト和え(→フルーツ和え)

千草焼き  
(卵抜き→豚肉増量)

メンチカツ  
(→卵抜き)

1年間ありがとうございました！



### \* 3月分給食の申込み\*

2月18日(水)午後1時まで

※食べる日の7日前(土日祝除く)の  
午後1時まで変更が可能です。

### \* 給食費の引落し日\*

【4月分】 2月27日(金)

### \*カレンダーマークについて\*

…食物アレルギー対応食を  
提供する日です。

食物アレルギーに関する情報を表示しています。※飲用乳は除く

卵 乳 小麦 そば えび かに 落花生 アーモンド くるみ  
オレンジ キウイフルーツ 牛肉 さけ さば ゼラチン いか ごま  
大豆 鶏肉 バナナ 豚肉 もも やまいも りんご マカダミアナッツ

給食予約  
システムは  
QRコード  
からアクセス  
できます

