

# 令和2年 3月の予定献立表



(行事や本日の給食のテーマ)

欠食等を表示します	
食品	体内ではたつき
あか	血や肉、骨をつくる
き	働く力や体温となる
みどり	体の調子を整える

カ  
ミ  
カ  
ミ  
献  
立

西原町学校給食共同調理場  
電話番号 945-4935

< 給食目標 > 1年間の給食をふりかえろう

※カミカミ献立…噛み応えのあるメニューが入っています  
よく噛んで食べよう!

こ ん だ て	2(月) 受験応援献立 とんかつ カルシウムごはん カツどんのぐ じゃがいものみそしる	3(火) ひなまつり献立 ひしもち さばゆずみそに ちらしずし なのぼな あえはんぺんのすましじる	4(水) デコポン マセドアンサラダ あみパン はるやさいのクリームに	5(木) ショーロンポー むぎごはん ぶたキムチ いため ちゅうかスープ	6(金) 中3のみブラウニー さつまポテト からしな いため おきなわそば なかみそば
あ か	牛乳、とうふ、みそ、卵、削り節 トンカツ	牛乳、あさり、豆腐、削り節、昆布、わかめ、はんぺん、ささみ、さばゆずみそ煮	牛乳、脱脂粉乳、鶏肉、鶏がら、ヒヨコ豆、レッドキドニー、白花豆、大福豆、チーズ、マロファットピース	牛乳、ハム、わかめ、鶏ガラ、豚肉、ショーロンポー	牛乳、豚なかみ、豚肉、豚ガラ、鶏がら、削り節、厚揚げ、チキアギ、ツナ、卵
き	米、カルシウム米、じゃが芋、さとう、でん粉、大豆油	米、ちらし寿司、さとう、ひしもち	あみパン、じゃが芋、小麦粉、大豆油、マグリ、生クリーム、さつま芋、さとう、アモンド	米、麦、春雨、ごま油、大豆油、ごま、さとう	沖縄そば、大豆油、さつまポテト、小麦粉、バター、米油、生クリーム、くるみ、チョコチップ
み ど り	白菜、ごぼう、人参、えのきだけ、椎茸、長ねぎ、たまねぎ、小松菜、こんにゃく	大根、竹の子、えのきだけ、長ねぎ、なばな、キャベツ、胡瓜、コーン、人参	キャベツ、玉ねぎ、人参、シジ、ブロッコリー、モロ、カブ、アスパラガス、胡瓜、南瓜、デコポン	白菜、小松菜、コーン、キャベツ、玉ねぎ、人参、にら	椎茸、こんにゃく、ねぎ、しょうが、からしな、人参、キャベツ、もやし
こ ん だ て	9(月) マーマレード チキン カレー ふうみの やさいソテー なかもやしパン クラム チャウダー	10(火) なつとう いちご むぎごはん かぼちゃ とひじきの のにも とんじる	11(水) きびなごのからあげ ごはん ヌンケ グア もずくの すましじる	12(木) べにいものてんぷら カルシウム ごはん たくあん あえ ちくぜんに	13(金) こくとう ビーンズ メンチカツ むぎ ごはん ゆかり あえ さけの ぐだくさんじる
あ か	牛乳、脱脂粉乳、アザリ、ベーコン、ヒヨコ豆、鶏肉、脱脂粉乳、白花豆、大福豆、鶏ガラ、ツナ	牛乳、豚肉、油揚げ、大豆、みそ、削り節、鶏肉、ひじき、ちくわ、納豆	牛乳、もずく、削り節、昆布、豚肉、厚揚げ、チキアギ、きびなご	牛乳、鶏肉、ちくわ、昆布、たまご、削り節	牛乳、鮭、とうふ、糸揚げ削り節、昆布、みそ、チリメン、国産キャベツ、黒糖ビーンズ
き	なかもやしパン、じゃが芋、小麦粉、大豆油、マーガリン、マーマレード	米、麦、里芋、じゃが芋、さとう、大豆油	米、大豆油、小麦粉、でん粉	米、カルシウム米、大豆油、さとう、べにい芋、小麦粉	米、麦、じゃが芋、さとう、大豆油
み ど り	人参、玉ねぎ、セロリ、キャベツ、カブ、マッシュルーム、ブロッコリー、しめじ	大根、ごぼう、人参、椎茸、さやいんげん、こんにゃく、長ねぎ、かぼちゃ、いちご	大根、小松菜、えのきだけ、人参、しいたけ、こんにゃく、グリーンピース	人参、ごぼう、れんこん、大根、千切大根、漬えだ豆、こんにゃく、椎茸、胡瓜、キャベツ	人参、大根、小松菜、長ねぎ、きゅうり、はくさい、キャベツ
こ ん だ て	16(月) おいおい デザート(幼のみ) ヨーグルト(幼以外) むぎ ごはん ハヤシ ライス ヨロコロ サラダ	17(火) さかなのあまず あんかけ ごはん パン サン スー ワンタン スープ	18(水) おいおいデザート あじつけり むぎ ごはん ひじきの ソナあえ にくじゃが	19(木) 食育の日 てづくりオムレツ ジュリエンス スープ スパゲティ ソース (めん)	20(金) しゅんぶん 春分の日
あ か	牛乳、牛肉、ヒヨコ豆、豚ガラ、鶏ガラ、マロファットピース、レッドキドニー、ヨーグルト	牛乳、鶏ガラ、ワンタン、ハム、卵、ホキ	牛乳、豚肉、ひじき、ツナ、味付のり、削り節	牛乳、ベーコン、豚肉、牛肉、豚ガラ、大豆、チーズ、卵、ハム、鶏ガラ	
き	米、麦、小麦粉、マーガリン、アーモンド、大豆油、サトウ、お祝いケーキ	米、でん粉、春雨、ごま、さとう、ごま油、小麦粉、大豆油	米、麦、じゃが芋、さとう、大豆油、お祝いケーキ	スパゲティ、大豆油、オリーブ油、さとう、じゃが芋	
み ど り	玉葱、人参、マッシュルーム、胡瓜、南瓜、ブロッコリー、シジ、グリーンピース、モロ、トマト缶、枝豆、赤ピーマン	人参、白菜、パクチョイ、にら、生姜、椎茸、きゅうり、もやし、長ねぎ	玉ねぎ、人参、長ねぎ、グリーンピース、胡瓜、こんにゃく、ごぼう、ほうれん草、コーン	玉ねぎ、人参、小松菜、切干大根、えのきだけ、マッシュルーム、トマト缶、ピーマン	

4月.....3月

1年間を振り返ろう

未来にむかってジャンプ!

- 好き嫌いなく何でも食べることができた
- マナーを守って食事をすることができた
- 食べ物に興味をもつことができた
- 食事の準備や片づけに協力することができた
- よくかんで味わって食べることができた
- 食べ物のいのちや、食べ物をつくってくれた人に感謝の気持ちをもつことができた
- 自分で選んで食べるときは、栄養バランスを考慮することができた
- 間食は、時間と量を考えて食べることができた
- 朝ごはんは休みの日も欠かさず食べることができた

卒業しても

バランスよく食べることをわすれずに

**食**

「食」という字は人を良くすると書きます。

☆よく食べたで賞☆

たいへんよかったです

卒業おめでとうございます

沖縄では満開だった桜も、もう葉桜にかわり、卒業・進級の時期を迎えましたね。卒業を迎えるみなさん、おめでとうございます。さて、みなさんはこの一年間をどのように過ごせましたか？これから先、少しでも給食の時間がみなさんの楽しかった思い出となってくれば嬉しいです。給食を通して学んだことを生かし、豊かな食生活をおくってほしいです。春休みに入りますが、早寝・早起き・朝ごはんを忘れずに、体調を万全に、また新学期にお会いしましょう!

西原東小 3-3

坂田小 4-2

坂田小 3-1

西原東小 2-2

空っぽの食缶がかえってくると、とてもうれしいです♪

＊2月25日時点での集計結果を参考としています

☆学校給食費は、毎月10日までに納めましょう。給食費の納入はお済ですか？給食費の完納にご協力ください。