

2019年 3月 献立表

	月	火	水	木	金	土	日	
朝食					1日 高校卒業式 プチウインナードッグ ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 朝カレー 味噌汁	2日 チキンハンバーグ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム きんぴらごぼう スープ 味噌汁 ごはん 肉じゃが(メイン) えび海鮮ぎょうざ グリーンサラダ ソフールヨーグルト	3日ひなまつり 調理パン等(セレクト)	
昼食					お弁当	お弁当	お弁当	
夕食					肉うどん かきあげ グリーンサラダ ピック布林	ごはん 豚汁 さばの塩焼き グリーンサラダ ティラミス大福	手巻きちらし寿司 かまぼこと三つ葉のすまし汁 ノンフライチキン グリーンサラダ プチクレープ(いちご)	
	4日期末考査	5日期末考査	6日期末考査	7日期末考査	8日休日	9日	10日	
朝食	ミニラザニア グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム まぐろ昆布 スープ 味噌汁	レモンバジルチキン ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 鮭フレーク スープ 味噌汁	ハッシュドポテト ウインナー グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・チョコリスビー ジャム 味付きのり スープ 味噌汁	ピカタ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム とろろ スープ 味噌汁	調理パン等(セレクト)	チーズ肉団子 グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 温泉卵 スープ 味噌汁	調理パン等(セレクト)	
昼食	雑穀米 精進汁(赤だし) 鶏のからあげ 千切りキャベツサラダ 清美オレンジ	カルボナーラ・ いかフリッター グリーンサラダ コーヒーゼリー	チャーハン わかめともやしのスープ 春巻き れんこんのはさみ揚げ 千切りキャベツサラダ オレンジジュース	クロワッサン チョコマフィン 具だくさんミネストローネ マカロニグラタン グリーンサラダ 牛乳	カレーうどん ぎょうざ グリーンサラダ コーヒー牛乳	わかめごはん 大根の味噌汁 焼き鮭 ほうれん草と豚肉のおひたし 中華ポテト	お弁当	
夕食	ごはん 厚揚げと小松菜の味噌汁 豚肉のスタミナ焼き グリーンサラダ 手作り黒ごま布林(白玉)	ごはん 肉豆腐 たこやき グリーンサラダ エッグタルト	ごはん 白菜と卵の具だくさんスープ ハンバーグ(選べるソース) グリーンサラダ ショコラ	ごはん けんちん汁 鶏肉の焼き鳥風 グリーンサラダ エクレア	ごはん 春雨とかにかまのスープ 焼き肉(選べるたれ) グリーンサラダ おかわりキムチ	豚丼 えびフリッター グリーンサラダ ナタデココ	ごはん 肉じゃが にらまんじゅう グリーンサラダ 牛乳	
	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	
朝食	チキンのオーブン焼き ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 味付きのり スープ 味噌汁	ベーコンスクラムブルエッグ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 納豆 スープ 味噌汁	カップグラタン グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・チョコリスビー ジャム 選べる茶漬け 具だくさんミネストローネ 味噌汁	しょうゆチキン ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 生卵 スープ 味噌汁	スコッチエッグ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 鮭フレーク スープ 味噌汁	プチウインナードッグ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム おかわりひじき炒り煮 スープ 味噌汁	調理パン等(セレクト)	
昼食	ごはん 白菜と卵の具だくさんスープ コロッケ チキンカツ 千切りキャベツサラダ コーヒー牛乳	鯛塩ラーメン ミニピザまん 中華もやしサラダ いよかん1/4	ごはん 味噌チゲ鍋風スープ ぶりの塩焼き グリーンサラダ パバロアシュー	ごはん カレーライス いかリング 千切りキャベツサラダ りんごジュース	かりかり梅ごはん 白玉入りけんちん汁 ノンフライチキン(選べるソース) グリーンサラダ せとか	ごはん 豚汁 白身魚のフライ(選べるソース) 千切りキャベツサラダ ライチゼリー	しょうゆラーメン・ もち米肉団子 グリーンサラダ フルーツ入りゼリー	
夕食	ごはん 豆腐とわかめの味噌汁 牛肉と大根の煮物 グリーンサラダ ミルク布林	麦ご飯 小松菜と揚げの味噌汁 ゆで豚の選べるソース グリーンサラダ おかわりとうろ	焼肉丼 たこたま グリーンサラダ フルーツヨーグルト(アロエ)	わかめごはん 白菜と肉団子のうま煮 厚切りポテトの明太マヨ グリーンサラダ アセロラゼリー	長崎ちゃんぽん グリーンサラダ ぎょうざ 野菜ジュース	天津飯 鶏ハラミと野菜の炒め物 春雨サラダ 手作り杏仁豆腐	ごはん 厚揚げと小松菜の味噌汁 豚肉のんにく醤油炒め グリーンサラダ コーヒー牛乳	
	18日	19日	20日中学卒業式	21日春分	22日	23日	24日	
朝食	ケチャップ肉団子 ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 温泉卵 スープ 味噌汁	ハムチーズピカタ グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム 鶏そぼろ スープ 味噌汁	ポテト&ベーコン グリーンサラダ 牛乳 ごはん・パン・チョコリスビー ジャム 朝カレー 味噌汁	照り焼きチキン ゆでブロッコリー&ミニトマト 牛乳 ごはん・パン・コーンフレーク ジャム B漬物 スープ 味噌汁				
昼食	ごはん 豚もやしスープ 焼き鮭 グリーンサラダ クリーム白玉ぜんざい	トマトクリームスパゲティ 骨付きガーリックチキン グリーンサラダ オレンジジュース	ごはん 豆腐と葱の味噌汁 鶏の竜田揚げ 千切りキャベツサラダ しらぬい	ごはん ハヤシライス クランチポテト グリーンサラダ コーヒー牛乳				
夕食	麦ご飯 じゃがいもと玉ねぎの味噌汁 ひとくちひれカツ 千切りキャベツサラダ おかわり切干大根	ごはん 具だくさん卵スープ チーズインハンバーグ(選べるソース) グリーンサラダ ティラミス	ごはん 鶏つみれとみつばのすまし汁 さばの味噌焼き ほうれん草と豚肉のおひたし 中華ポテト	ごはん 厚揚げと小松菜の味噌汁 豚肉のスタミナ焼き グリーンサラダ ぼたもち				
朝食	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日	
朝食					天候により献立が変更になることがあります。ご了承ください。 今年度もあとなずかです。卒業や進級まであと少しですね。3月は1年間のまとめの時期です。学年最後の1か月を元気に過ごせるよう、食事をしっかり摂り、体調管理に気を付けましょう。3月はひなまつりにお彼岸のぼたもちなどの行事食があります。また、3月4日からは期末考査がありますね。みなさんが勉強の成果を十分に発揮できるように食事の面から応援していきたいと思えます♪			
昼食								
夕食								

