

令和5年度 3月よていいにこんだて

新冠小学校
新冠町教育委員会

月 	火 	水 	木 	金 
 *牛乳は毎日つきます。 *行事等により変更になることもあります。ご了承下さい。	*給食を配膳する時は、マスクをつけます。 *エプロン三角巾とマスクはセットで持ってくるようにしましょう。 *給食用の袋にマスクを複数入れておくと忘れたときも安心です。 *ご協力よろしくお願いします。	 	1 ひなまつり給食 ちらしずし ふのすましじる ひなあられ ホロシリぎゅうにゅう  590kcal たんぱく質18.9g	
きいろのなかま なつやちからのもとになるもの	月平均栄養価 エネルギー599kcal たん白質22.1g 脂質21.5g 炭水化物84.3g 食塩2.5g		すめし、ひなあられ、ふ あぶらあげ、たまご、たらでんぶ、えだまめ	
あかのなかま からだをつくるもとになるもの				
みどりのなかま からだのちようしをととのえるもの				ほししいたけ、にんじん、ながねぎ、かんぴょう
4 クリームスパゲティ ハスカップゼリー 	5 ごはん さばのみそに ほうれんそう ごまあえ こうやとうふとキャベツ のみそじる 	6 ちゅうかどん ねぎとわかめのスープ 	7 ごはん・のりつくだに にくじゃが こまつなとなめこの みそじる 	8 ソフトフランスパン ブラウンシチュー はちみつレモンゼリー 朝日小のみなさんと一緒に食べます
594kcal たんぱく質25.7g スパゲティ、バター、ハスカップゼリー とりにく、とうにゅう、ぎゅうにゅう、生クリーム、チーズ たまねぎ、にんじん、キャベツ、しめじ、ブロッコリー	573kcal たんぱく質23.5g おおむぎいりごはん、ごま さばみそに、こうやとうふ ほうれんそう、にんじん、キャベツ	596kcal たんぱく質19.5g おおむぎいりごはん ぶたにく、いか、なると、わかめ にんじん、ながねぎ、ほししいたけ、たまねぎ、しょうが、はくさい、たけのこ	657kcal たんぱく質23.0g おおむぎいりごはん、いも ぶたにく、さつまあげ、えだまめ、のりつくだに たまねぎ、にんじん、なめこ、こまつな	592kcal たんぱく質23.8g ソフトフランスパン、いも、はちみつレモンゼリー、バター ぶたにく、えだまめ、チーズ、ぎゅうにゅう たまねぎ、にんにく、にんじん
11 しろラーメン チヂミ・ソース 	12 わかめごはん やさいのしょうがに にんじんとこまつなの みそじる 	13 卒業おいわい給食 カツカレー おいわいゼリー 	14 かきあげどん ちゃんこじる 	15 ミルクパン シチュー リンゴゼリー 
617kcal たんぱく質22.4g ラーメン、チヂミ、ごま ぶたにく、なると、わかめ たまねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、こまつな、ながねぎ、はくさい	622kcal たんぱく質28.7g おおむぎいりごはん、ごま うずらたまご、こうやとうふ、とりにく、あげ、わかめ だいこん、にんじん、しょうが、こまつな	820kcal たんぱく質27.6g おおむぎいりごはん、いも、パンこ、こむぎこ、おいわいゼリー ぶたにく、ぎゅうにゅう、チーズ にんじん、たまねぎ、りんご、にんにく	568kcal たんぱく質17.9g おおむぎいりごはん とりにく、かきあげ、あげ キャベツ、にら、ほうれんそう、しめじ	590kcal たんぱく質22.2g ミルクパン、りんごゼリー、バター、いも ぶたにく、なまクリーム、とうにゅう、ぎゅうにゅう たまねぎ、にんじん、かんぴょう、ブロッコリー
18 きつねうどん あんまん 	19  卒業式 (給食ありません)	20 春分の日	21 いためナムルどん にくだんごととうふの スープ 	22  修了式 (給食ありません)
618kcal たんぱく質26.0g うどん、あんまん ぶたにく、さんかくあげ こまつな、にんじん、ながねぎ、たまねぎ、ほししいたけ			564kcal たんぱく質23.6g おおむぎいりごはん、ごま にくだんご、とうふ、ぶたにく こまつな、にんじん、ながねぎ、にんにく、もやし、たまねぎ、ほうれんそう	
			春休み 1日はひなまつりきゅうしょくです。 13日はそつぎょうおいわいきゅうしょくです。 	