

3月の給食

3月10日（月）桃の節句献立

A 献立



B 献立



日付	A 献立	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	B 献立	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	備 考
10 (月)	黒米ご飯 鶏の唐揚げ 磯香あえ けんちん汁 白玉フルーツポンチ	831	32.4	23.7	1.9	ガーリックトースト ごまドレッシングサラダ しらすのペペロンチーノ チリコンカン いちご&清見オレンジ	746	31.7	33.8	2.7	卒業お祝い献立 (7組)

3月11日（火）卒業式のため給食はありません。

A 献立

B 献立

3月12日（水）

A 献立



B 献立



日付	A 献立	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	B 献立	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	備 考
12 (水)	ご飯 笹かまの南部揚げ パリパリ漬け 油麴（あぶらふ）※入り肉じゃが わかめのみそ汁 りんご ※油で揚げた麴（ふ）。	790	30.9	24.5	3.0	ご飯 鮭の塩焼き わかめとツナのあえもの けの汁※ すんだ白玉 ※小さく切った野菜や豆腐、油揚げが入ったみそ風味の汁物。	807	36.2	24.4	2.6	東北応援献立

3月13日（木）

A 献立



日付	A 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)
13 (木)	菜の花おこわ 鯖の西京焼き 沢煮椀 いちご	744	34.9	30.2	2.9

B 献立



B 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	備 考
はちみつパン レバーのオリエンタルソース クリームコンソープ デコボン	813	35.2	32.0	2.4	

3月14日（金）

A 献立



日付	A 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)
14 (金)	ご飯 豚肉の米粉唐揚げ じゃここんぶあえ 呉汁（ごじる） ポンカン	774	36.4	28.1	1.9

B 献立



B 献立	エネルギー (Kcal)	タンパク質 (g)	脂質 (%)	食塩相当量 (g)	備 考
パングラタン グリーンサラダ ミネストローネ 清見オレンジ	752	27.9	31.8	3.1	