



3月

# 予定献立表

令和5年3月  
岩沼市立玉浦小学校

今月の給食目標

「一年間の給食の反省をしましょう。」

月	火	水	木	金
<p>今日は、6年生の「リクエストメニュー」を提供します。みなさんの思い出に残る給食となりますように、給食室のスタッフが心をこめて調理します。 みなさん、たくさん食べてくださいね!</p>		<p>1日</p> <p>ごはん</p> <p>もずく丼の具</p> <p>いそどりあつ焼きたまご</p> <p>ごもくみそ汁</p> <p>牛乳、くだもの(はるか)</p> <p>654/25.7/19.1/2.5</p>	<p>2日 <b>6-1リクエストメニュー</b></p> <p>クロワッサン</p> <p>ピーマンの肉づめ2こ</p> <p>アメリカンサラダ</p> <p>クリームスープ(さつまいも)</p> <p>牛乳、くだもの(はるか)</p> <p>654/25.7/19.1/2.5</p>	<p>3日 <b>ひなまつりメニュー</b></p> <p>ちらしごはん</p> <p>さわらの立田揚げ</p> <p>三色ごまあえ</p> <p>花ふのすまし汁</p> <p>牛乳、ひなあられ</p> <p>668/25.7/17.7/2.4</p>
	<p>6日</p> <p>ごはん</p> <p>ホイコーロー</p> <p>パリパリ春巻き</p> <p>中華わかめスープ</p> <p>牛乳</p> <p>623/25.2/18.1/2.3</p>	<p>7日 <b>6-2リクエストメニュー</b></p> <p>ミルクパン</p> <p>ひじきハンバーグ</p> <p>りっちゃんサラダ</p> <p>コーンポタージュ</p> <p>牛乳、豆乳プリン</p> <p>719/26.6/30.7/3.0</p>	<p>8日</p> <p>ごはん</p> <p>さけの塩焼き</p> <p>すき昆布の炒めもの</p> <p>とん汁</p> <p>牛乳</p> <p>631/31.0/20.7/1.7</p>	<p>9日</p> <p>きつねうどん</p> <p>ブロッコリーと大根の和風サラダ</p> <p>大学いも</p> <p>牛乳、バナナ</p> <p>555/30.0/22.9/2.5</p>
<p>13日 <b>6-1リクエストメニュー</b></p> <p>ごはん</p> <p>チーズタッカルビ</p> <p>海鮮サラダ</p> <p>はるさめスープ</p> <p>牛乳、いちご2こ</p> <p>597/25.5/16.7/2.4</p>	<p>14日</p> <p>フルーツクリームサンド</p> <p>豆まめサラダ</p> <p>ミートボール入りトマトスープ</p> <p>牛乳</p> <p>667/26.6/26.5/2.6</p>	<p>15日 <b>6-2リクエストメニュー</b></p> <p>ごはん</p> <p>さばのみそ煮</p> <p>かみかみサラダ</p> <p>てづくりはっと汁</p> <p>牛乳、くだもの(清美オレンジ)</p> <p>653/26.9/18.2/1.9</p>	<p>16日 <b>6年生のみなさん卒業おめでとう「おいおい給食」</b></p> <p>ガーリックトースト</p> <p>フライドチキン</p> <p>アスパラコーンソテー</p> <p>ABCマカロニスープ</p> <p>牛乳、おいおいクレープ</p> <p>685/26.7/30.4/3.2</p>	<p>17日 <b>卒業式</b></p> <p>卒業おめでとう</p>
<p>20日</p> <p>ごはん</p> <p>マーボー豆腐</p> <p>ショーロンポー2こ (1・2ねんせいはい1こ)</p> <p>きゅうりのかわりあえ</p> <p>牛乳</p> <p>700/26.8/23.4/2.2</p>	<p>21日</p> <p><b>春分の日</b></p>	<p>22日</p> <p>わぎ麦ごはん</p> <p>ビーフシチュー</p> <p>カップエッグ</p> <p>海そうサラダ</p> <p>牛乳、お楽しみゼリー</p> <p>773/31.8/26.2/2.8</p>	<p>23日</p> <p><b>お弁当の日</b></p>	<p>24日 <b>修了式</b></p> <p>★今月の平均栄養摂取量</p> <p>熱量 653kcal</p> <p>たんぱく質 27.0g</p> <p>脂質 22.9g</p> <p>カルシウム 374mg</p> <p>鉄分 3.1mg</p> <p>食塩 2.5g</p> <p>※献立の下の数字は左から熱量(kcal)/たんぱく質(g)/脂質(g)/食塩(g)の順に表示しています</p>

※はし・スプーンは毎回持ち帰りにきれいにしましょう。※献立は変更する場合があります。

### 保護者の方へ

- ★ スプーンがあると食べやすい日に「スプーンマーク」を表示しています。
- ☆ 令和4年1月～12月までの段ボール・廃油のリサイクルによる収益金は、3,903円でした。  
この収益金は給食の食材料費などに使用させていただきます。  
(古い段ボールは、新しい段ボールに作りかえられます。廃油は家畜の餌の材料として再利用されます。)



「一ねんかん、給食をたくさん食べてくれて、ほんとうにありがとうございました！」  
(えいようし、ちょうりいんより)