

れいわねんがつ
令和7年3月のこんだて

こうちょう あまこ そういち
校長 尼子 創一

げつ	か	すい	もく	きん
3日	4日	5日	6日	7日
ぎゅうにゅう 牛乳 サーモンちらし寿司 あおなとホタテの和え物 みそ汁 くだもの 果物 (いちご)	きょうどりょうりょう あいちけん 【郷土料理 愛知県】 ぎゅうにゅう 牛乳 みそ煮込みうどん ごま和え ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん さわらの西京焼き きんぴら ごま和え みそ汁	ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん メンチカツ だいず 大豆とひじきの煮物 みそ汁	【リクエストメニュー】 ジョア ナン キーマカレー かぼちゃサラダ パイゼリー
エネルギー 658Kcal タンパク質 33.7g 脂質 16.5g しよくえちやうりやう 食塩相当量 2.4g	エネルギー 682Kcal タンパク質 32.5g 脂質 19.7g しよくえちやうりやう 食塩相当量 2.4g	エネルギー 688Kcal タンパク質 33.8g 脂質 20.4g しよくえちやうりやう 食塩相当量 2.7g	エネルギー 774Kcal タンパク質 36.7g 脂質 26.2g しよくえちやうりやう 食塩相当量 2.9g	エネルギー 621Kcal タンパク質 24.6g 脂質 19.6g しよくえちやうりやう 食塩相当量 2.6g
10日	11日	12日	13日	14日
ぎゅうにゅう 牛乳 ピピンパ だいこん 大根マヨサラダ やまい 野菜スープ	ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん しやうの塩こうじ焼き ジャーマンポテト おひたし とんじろ 豚汁	ぎゅうにゅう 牛乳 ソフトフランスパン とりにく 鶏肉のハーブ焼き ツナサラダ ミネストローネ	ぎゅうにゅう 牛乳 おろしスパゲッティ なほな 菜の花サラダ とうにゆめ 豆乳花	ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん たたく 豚肉のねぎみそつけ焼き レンコンのきんぴら すまし汁
エネルギー 714Kcal タンパク質 25.9g 脂質 29.4g しよくえちやうりやう 食塩相当量 2.3g	エネルギー 706Kcal タンパク質 37.0g 脂質 22.3g しよくえちやうりやう 食塩相当量 1.8g	エネルギー 675Kcal タンパク質 36.2g 脂質 28.2g しよくえちやうりやう 食塩相当量 2.9g	エネルギー 691Kcal タンパク質 28.7g 脂質 24.3g しよくえちやうりやう 食塩相当量 2.6g	エネルギー 715Kcal タンパク質 30.8g 脂質 28.4g しよくえちやうりやう 食塩相当量 1.8g
17日	18日	19日	20日	21日
ぎゅうにゅう 牛乳 いえけいよう 家系風ラーメン ブロッコリーの胡麻和え くだもの 果物	ぎゅうにゅう 牛乳 せきはん 赤飯 ヒレカツ トマトサラダ すまし汁 リンゴゼリー	卒業式 	しゅんぶん ひ 春分の日 	ぎゅうにゅう 牛乳 ガーリックライス わふう 和風ドレッシングサラダ コンソメスープ
エネルギー 662Kcal タンパク質 37.9g 脂質 18.2g しよくえちやうりやう 食塩相当量 3.8g	エネルギー 786Kcal タンパク質 27.9g 脂質 25.4g しよくえちやうりやう 食塩相当量 2.6g			エネルギー 676Kcal タンパク質 27.4g 脂質 20.5g しよくえちやうりやう 食塩相当量 2.6g
24日	25日	26日	27日	28日
ぎゅうにゅう 牛乳 ごはん くじらのオーロラ煮 きりぼしだいこん にもの 切干大根の煮物 みそ汁	ぎゅうにゅう 牛乳 ぎゅうどん 牛丼 ツナ入り海藻サラダ みそ汁 フルーツヨーグルト	しゅんききやうぎやうめいし 春季休業開始		
エネルギー 677Kcal タンパク質 32.1g 脂質 19.6g しよくえちやうりやう 食塩相当量 3.0g	エネルギー 730Kcal タンパク質 33.2g 脂質 25.3g しよくえちやうりやう 食塩相当量 2.9g			

3月



☆牛乳がジョアが毎日つきます。
☆献立は、仕入れの都合により変更になる場合があります。