



# 3月 献立もりつけ図【教室用】

☆牛乳は毎日つきます。

☆給食当番の健康観察・服装チェックはできていますか？

☆給食当番で体調が悪いときは、他の人に代わってもらいましょう☆



月 曜	火 曜	水 曜	木 曜	金 曜
<p>3月は、1年間のまとめとして日ごろの食生活をふり返ってみましょう！</p>	<p><b>春休みの食生活</b> 春休みは、新しい生活に向けて準備をする期間です。生活環境がかわると、心と体に負担がかかり疲れやすくなります。1日3食しっかり食べて体調をととのえ、新生活を元気に始められるようにしましょう。</p>	<p><b>3月3日は、「ひなまつり」</b> ひしもち↓ ↓ひなあられ</p>	<p>1 マカロニサラダ 中:ピザナン 小:ミルクパン</p>	
<p>4 ひなまつりこんだて</p> <p>ひなあられ サモンチーフライ なのはなあえ ちらしずし はなのすまじる</p>	<p>5</p> <p>さんしよくナムル はるまき むぎごはん タイピーエン</p>	<p>6 こんげつのみそろ (はるキャベツ)</p> <p>わかめのあまずあえ さかなのキャロットやき むぎごはん はるキャベツのみそろ</p>	<p>7 ★おいわいこんだて (中学校)</p> <p>おいわいクレープ (中のみ) からのからあげ かいそうサラダ ゆかりごはん こうはくだんごじる</p>	<p>8</p> <p>りんごゼリー まめまめサラダ 小:ピザナン ポトフ</p>
<p>11</p> <p>コーンシューマイ はるさめサラダ 小:1こ 中:2こ むぎごはん マーボー豆腐</p>	<p>12 みるさくまさんデー (あそ)</p> <p>ひじきサラダ ししゃもフライ 小:1び 中:2び たかなごはん だごじる</p>	<p>13</p> <p>わかめスープ タコライスのご・チーズサラダ タコライス (むぎごはん)</p>	<p>14</p> <p>フルーツミックス チキンナゲット 小:1こ、中:2こ ポークカレー(ざっこくごはん)</p>	<p>15</p> <p>ブロッコリーサラダ ちいめコアパン スパゲティソース</p>
<p>18</p> <p>やさいのちくわのいそべあげ ごまみそマヨあえ 小:1こ 中:2こ むぎごはん ふしろうめんじる</p>	<p>19 ★おいわいこんだて (小学校)</p> <p>おいわいクレープ (小のみ) トマトオムレツ アーモンドあえ むぎごはん ハヤシチュー</p>	<p>20</p> <p><b>春分の日</b></p>	<p>21</p> <p>かわりあえ いわしのみぞれに むぎごはん おやしつみれじる</p>	<p>みなさんのご協力のおかげで、今年度も無事に給食を出すことができました。ありがとうございました。</p>