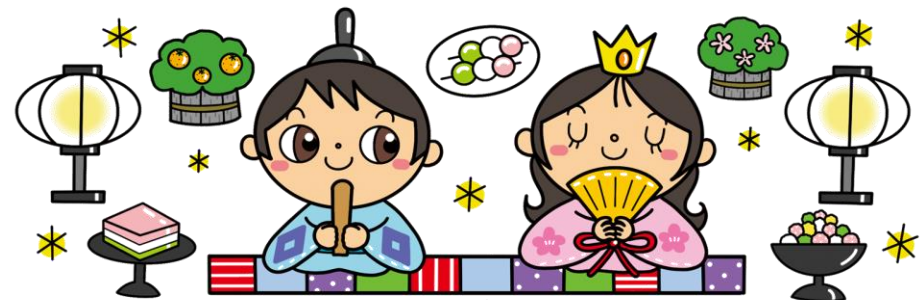


3月のこんだてひょう

				しょうがくぶ		ちゅうがくぶ													
				エネルギー	たんぱくしつ	エネルギー	たんぱくしつ												
げつようび 3 ☆ひなまつり献立☆  ちらしずし おおばいりみそつくね おすいもの ももゼリー				かようび 4 ☆中3リクエスト☆  ココアあげパン(リクエスト) ポトフ ヨーグルト				すいようび 5 ☆中3リクエスト☆  ごはん からあげ小2中3(リクエスト) スイートポテトサラダ みそしる(はくさい・しめじ)				もくようび 6  ごはん あつあげとぶたのみそいため たまごとうほうれんそうのスープ				きんようび 7  ごはん とりのカレー-ふうみやき ツナマヨサラダ みそしる(かぼちゃ・えのき)			
601	27.1	771	34.7	608	19.6	780	25.1	699	23.3	896	29.9	601	26.7	771	34.2	569	22.0	730	28.2
ちゅうがくぶ ☆中3リクエスト☆ 10  マーボーどん(リクエスト) もやしとこまつなのサラダ わかめとはくさいのスープ				11  ごはん とりのねぎしおやき ポテトサラダ みそしる(きゃべつ・あぶらあげ)				ちゅうがくぶ ☆中3リクエスト☆ 12  ごはん さごしのしろみそやき ひじきとあつあげのいためもの とんじる(リクエスト)				13  ごはん ふくさたまご あげとしらたきのおひたし みそしる(いも・たまねぎ)				14  ラーメン あげぎょうざ(小2中3) あずきいりトールーフア(トウモロコシ・リン)			
627	26.9	804	34.5	573	20.7	735	26.5	575	27.8	737	35.7	583	22.2	748	28.5	629	24.5	806	31.4
ちゅうがくぶ ☆中3リクエスト☆ 17  カレーライス(リクエスト) イタリアンサラダ フルーツポンチ(リクエスト)				18  11:30下校(給食なし)				19  11:30下校(給食なし)				20  しゅんぶん ひ 春分の日				21  11:30下校(給食なし)			
641	18.5	822	23.7																

「あたりまえ」にあらためて「ありがとう」



※こんだては、つごうによりへんこうするかのうせいがあります。