

# 3月の献立

## 3月 給食だより

安芸高田市給食センター  
令和4年(2022年) 3月

☆平均栄養量☆  
栄養量は、小学校4年生の食事量に相当する値です。

エネルギー	673 kcal	たんぱく質	27.5 g
脂質	20.0 g	カルシウム	341 mg
食物繊維	3.9 g	食塩相当量	2.2 g



### 給食の時間をふりかえろう

今年度の給食も残りわずかとなりました。この1年間の給食時間をふりかえてみましょう。

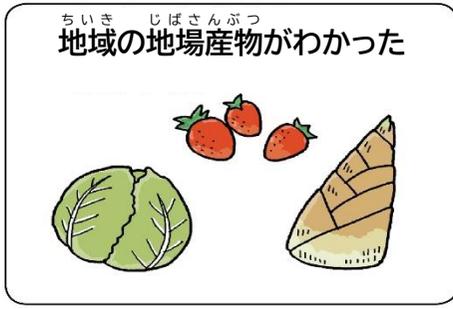
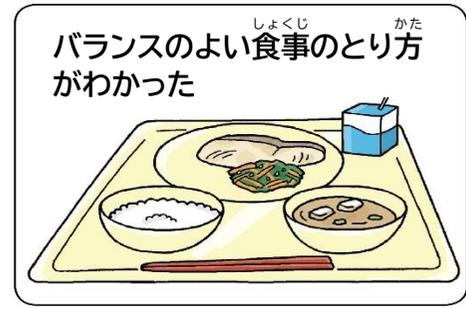
もし、出来ていないことがあれば、これから意識していきましょう。



	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)
	ごはん 牛乳 鱈のあけぼの焼き ブロッコリーのごま風味 みそけんちん汁	ごはん 牛乳 大豆と肉団子のトマト煮 かみかみサラダ いちご	春ちらし 牛乳 えびの天ぷら 菜の花和え 麩のすまし汁 (小中)桜もち (保幼)桃の花ゼリー	ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き みるくおから もずくスープ
7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)
ごはん 牛乳 キムチ肉じゃが もやしのナムル (小)みかんゼリー	ごはん 牛乳 鱈のカレー焼き 昆布豆 とうふじる 豆腐汁	ごはん(中:赤飯少なめ) 牛乳 鶏のから揚げ キャベツの青じそ和え 白菜のみそ汁 (中)米粉の桃タルト	他人丼 牛乳 小松菜のごま和え 清見オレンジ	ごはん 牛乳 いかの香り焼き 大根の和風サラダ 豆乳スープ
14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)
赤じそごはん 牛乳 (小)グラタン (保幼中)ポロニア ソーセージ 豆と海藻のサラダ 大根のコンソメスープ	ごはん 牛乳 鶏のすき焼き風 かにかまの酢の物 くるみちりめん	ごはん 牛乳 タラのフライ ぬた にらたま汁	ごはん(保幼小:赤飯少なめ) 牛乳 鶏肉の照り焼き 五色和え じゃがいものみそ汁 (保幼小)米粉の桃タルト	ごはん 牛乳 えびと豆腐のチリソース煮 からあげビーフン (中)みかんゼリー
21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)
	ごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ 小松菜とひじきの和え物 おさつスティック	カレーピラフ 牛乳 (小)ポロニアソーセージ (保幼中)グラタン ブロッコリーのサラダ レタスのスープ	ごはん 牛乳 ししゃもの香味揚げ 噛みってる! GoGo炒め うどん汁	ごはん 牛乳 ビーフシチュー シーザーサラダ しらぬい

中学校卒業  
お祝い献立♪

小学校卒業・卒園  
お祝い献立♪



今年度も新型コロナウイルス感染症の予防対策を行いながらの給食時間となりました。以前のように楽しく会話をしながら給食を食べることができず、残念な気持ちもあると思います。話をしながら食べられなくても、わくわくするような給食の時間になるよう、新しいメニューや季節の果物、デザートをとりにれた給食をつくって来ました。3月は卒業・卒園お祝い献立を予定しています。今年度も最後まで心を込めて、安全安心でおいしい給食を届けていきたいと思っております。

※物資納入の都合等により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。