

スクールランチ

3月 よていこんだて

川下小学校

日曜日	こんだてめい	ざいりょうめい				家庭で とりたい食品 熱量・蛋白質 Kcal , g
		あかグループの食品 (おもに体をつくるものになる)	みどりグループの食品 (おもに体の調子を整えるものになる)	きいろグループの食品 (おもにエネルギーのものになる)	その他の食品	
		開校記念献立 ~3月1日は開校記念日です~				
2月	じもとしよきいたつぷりカレー (ごはん・じもとしよきい たつぷりカレーシチュー) ゆうトマトとこまつなのサラダ てづくりマイヤーレモンゼリー ぎゅうにゅう	岩国地元食材「小松菜・岩国れんこん・デナリファームのさつまいも・岡崎農園の由宇トマト・神東ファームのマイヤーレモン」				豆製品 きのご類 704, 21.5
3火	てまぎずし(すめし・ウインナー・ たまごやき(たまご使用)・ツナサラダ・てまきのり) すましじる ひなあられ ぎゅうにゅう	ひなまつり献立				藻類 果物 606, 27.4
4水	こくとうパン キャベツいりメンチカツ はるやさいのグリーンポタージュ いちご ぎゅうにゅう	岩国地元食材「デナリファームのいちご」				魚介類 いも類 682, 26.1
5木	ごはん いわしのみぞれに そくせきづけ まめとんじる ぎゅうにゅう	まごわやさしいこんだて ほねぶと献立				卵 果物 656, 27.7
6金	おにまんじゅう みそにこみうどん マイヤーレモンサラダ チーズ ぎゅうにゅう	愛知県郷土料理「おにまんじゅう・みそにこみうどん」 岩国地元食材「デナリファームのさつまいも」「神東ファームのマイヤーレモン」				藻類 いも類 581, 23.2
9月	わかめごはん はるまき のりずあえ タイピーエン(たまご使用) ぎゅうにゅう	熊本県郷土料理「太平燕(タイピーエン)」				豆製品 果物 669, 29.2
10火	ごはん あつやきたまご(たまご使用) ゆかりあえ かんこくふうにくじゃが ぎゅうにゅう	てつわん献立				魚介類 緑黄色野菜 680, 25.3
11水	バターロール(たまご使用) リザーブ(・とりのからあげ ・さけチーズフライ のどちらか) ABCスープ おいわいクレープ ぎゅうにゅう	6年生卒業お祝い給食				豆製品 きのご類 704, 26.6
12木	おやこどん(ごはん・ おやこどんのぐ(たまご使用)) たくわんあえ ぼんかん ぎゅうにゅう	かみかみ献立 岩国地元食材「くにしげさんのぼんかん」				魚介類 いも類 641, 25.8
13金	メロンパン(たまご使用) ナポリタンスパゲティ コールスローサラダ ぎゅうにゅう					豆・豆製品 果物 618, 22.6
16月	ハヤシライス (ごはん ハヤシシチュー) フルーツのヨーグルトあえ ぎゅうにゅう					魚介類 豆・豆製品 672, 20.6
17火	ごはん チキンチキンれんこん ふるさとじる こうはくだいふく ぎゅうにゅう	6年生給食最終日 祝卒業				藻類 果物 689, 23.9
19木	ごはん さばみそに さわにわん オレンジ ぎゅうにゅう					豆製品 いも類 605, 23.8
23月	キムチチャーハン ぎょうざスープ フルーツあんじん ぎゅうにゅう					魚介類 藻類 649, 19.3

こんげつ きゅうしょくもくひょう

いちねんかん しょくせいかつ

※都合により献立を変更することがあります。

今月の給食目標

「1年間の食生活をふりかえろう」