3月 網野学校給食予定こんだて表

平成３０年２月２８日
網野学園網野北小学校
網野学校給食センター

給食センターのひみつをさぐれ！その⑨　焼き物機（オーブン）の巻

ハンバーグやカップケーキなどを焼く大きなオーブンが給食センターにあります。四角いトンネルのような形をしていて、この中を鉄板に乗せた料理が通っていく間に焼けるという仕組みになっています。

1日（木）
エネルギー　804kcal
たんぱく質　24.3g

主食	麦ごはん
主菜	ハヤシライス
副菜	ミックスビーンズサラダ
副菜	福神漬け
牛乳	牛乳

2日（金）
エネルギー　668kcal
たんぱく質　21.9g

主食 主菜	ひな寿司
副菜	すまし汁
副菜	昆布和え
ﾃﾞｻﾞｰﾄ	ひなゼリー
牛乳	牛乳

5日（月）
エネルギー　685kcal
たんぱく質　21.8g

主食	高菜チャーハン
主菜	さつまいもの天ぷら
副菜	はんぺんの甘酢和え
副菜	白菜のそぼろ汁
牛乳	牛乳

6日（火）
エネルギー　829kcal
たんぱく質　26.9g

主食	白ごはん
主菜	じゃがいものうま煮
副菜	九条ネギのサラダ
副菜	納豆みそ
牛乳	牛乳

7日（水）
エネルギー　768kcal
たんぱく質　27.9g

主食	白ごはん
主菜	卵のミートカップ
副菜	ブロッコリーとツナのサラダ
副菜	マカロニスープ
牛乳	牛乳

8日（木）
エネルギー　728kcal
たんぱく質　23.9g

主食	麦ごはん
主菜	大豆とひじきのかき揚げ
副菜	磯香和え
副菜	ごぼうのみそ汁
牛乳	牛乳

歯の日

9日（金）
エネルギー　643kcal
たんぱく質　28.3g

主食	ナン
主菜	ドライカレー
副菜	水菜とりんごのサラダ
ﾃﾞｻﾞｰﾄ	ビタミンゼリー
牛乳	牛乳

12日（月）
エネルギー　692kcal
たんぱく質　23.1g

主食	麦ごはん
主菜	ビビンバ
副菜	ワンタンスープ
ﾃﾞｻﾞｰﾄ	いちご
牛乳	牛乳

13日（火）
エネルギー　721kcal
たんぱく質　22.7g

主食	白ごはん（特別栽培米）
主菜	ぎょうざ春巻き
副菜	もやしのナムル
副菜	五目スープ
牛乳	牛乳

14日（水）
エネルギー　692kcal
たんぱく質　28.6g

主食	白ごはん（特別栽培米）
主菜	イカのケチャップ和え
副菜	ささみとわかめのサラダ
副菜	コンソメスープ
牛乳	牛乳

15日（木）
エネルギー　669kcal
たんぱく質　24.0g

主食	菜の花ごはん（特別栽培米）
主菜	高野豆腐の含め煮
副菜	ゆかり和え
副菜	さつまいものみそ汁
牛乳	牛乳

16日（金）
エネルギー　723kcal
たんぱく質　27.9g

主食 主菜	三色そぼろごはん（特別栽培米）
副菜	ポテトのさっぱりサラダ
副菜	わかめのすまし汁
牛乳	牛乳

19日（月）
エネルギー　740kcal
たんぱく質　30.1g

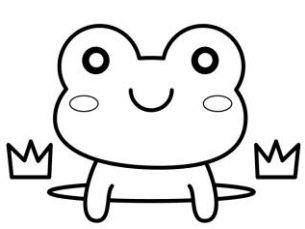
主食	赤飯（特別栽培米）
主菜	サワラの野菜あんかけ
副菜	菜花のごま和え
副菜	赤だし
牛乳	牛乳

たんご・食の日

20日（火）
エネルギー　970kcal
たんぱく質　25.3g

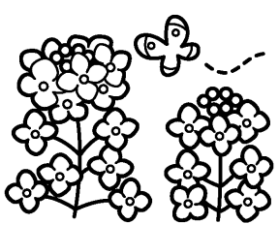
主食	さけわかごはん
主菜	鶏肉のからあげ
副菜	キャベツとパインのサラダ
副菜	ジュリエンヌスープ
ﾃﾞｻﾞｰﾄ	お祝いデザート
飲み物	ひらひらミルピィ

21日（水）
春分の日



22日（木）
卒業式

23日（金）
修了式



春休みは、あっという間に過ぎてしまいます。規則正しい生活をしましょう。