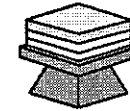


令和2年3月2日

# 3月 給食こんだて表



宇川小学校

月	火	水	木	金
<p><b>菜花(なばな)</b></p> <p>菜花は、「菜の花」「花菜(はなな)」とも呼ばれるアブラナ科の野菜で、若くてやわらかい花茎や葉、つぼみを食用にします。</p> <p>特有のほろ苦さがありますが、ゆでると甘味が出てお浸しや和え物などにすると美味しい食材です。</p> <p>また、βカロテンを多く含み、骨の健康維持に欠かせないカルシウムやビタミンkも豊富に含んでいます。</p> <p>*6年生は小学校での給食は最後の月になります。しっかりと味わいながら食べましょう。</p>				
<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>おたのしみ献立 (6年生)</b>				
<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	
		たんご・食の日	(給食最終日)	
<p><b>ごはん</b> (特別栽培米)</p> <p><small>とりにく</small> 鶏肉のネギソースかけ</p> <p><small>あまずあ</small> はんぺんの甘酢和え</p> <p><small>とうふ</small> <small>しる</small> 豆腐のみそ汁</p>	<p><b>ごはん</b> (特別栽培米)</p> <p><small>たまご</small> 卵のミートカツ</p> <p><small>くじょう</small> 九条ネギのサラダ</p> <p>ジュリエンスープ</p>	<p><small>くろまい</small> <b>黒米ごはん</b> (特別栽培米)</p> <p><b>サワラの</b> ごまみそかけ</p> <p>キャベツのお浸し</p> <p><small>みずな</small> <small>ぶたにく</small> 水菜と豚肉の</p> <p>はりはり汁</p>	<p><b>ごはん</b></p> <p><small>い</small> おから入りキッシュ</p> <p>フロッコリーのサラダ</p> <p>マカロニスープ</p>	<p>春分の日</p>