



月	火	水	木	金
---	---	---	---	---

がつしょうまでい
3月使用予定の
市内産・県内産野菜と果物
人参、きゅうり、
白菜、なばな、
ほうれんそう、小松菜
クレソン、キャベツ、大根



いわいでん やさい つか ひ
岩出市産野菜が使われている白
はそうへいちゃんのイラストを
のせています。太字になって
いる野菜が岩出市産のもので
す。 さがしてみてね





○給食では、市内産、県内産のものを多く
することで地産地消を進めています。

マナーを守って
楽しい会食



1
お別れ遠足

4 ※ジョア	5 牛乳	6 牛乳	7 牛乳	8 牛乳
<p>□パン</p> <p>どうにゅうコーンシチュー</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ベーコン ○どうにゅう ★たまねぎ ★さやいんげん ★とうもろこし ★にんじん □じゃがいも <p>フライチキン</p> <ul style="list-style-type: none"> ○どりにく ○ぎゅうにゅう ○たまご ★にんにく ★むぎこ <p>オールスパイス コンソメ しお パプリカパウダー</p>	<p>カレーライス</p> <ul style="list-style-type: none"> □ごはん ○どりにく ★たまねぎ ★にんじん <p>フルーツポンチ</p> <ul style="list-style-type: none"> □ゼリー ○かんでん <p>★じゃがいも ★カレールー ★ウスターソース ★コンソメ</p> <p>★みかん ★パイナップル</p>	<p>□ごはん</p> <p>ぶたじる</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ぶたにく ★たまねぎ ★にんじん ★だいこん ★はくさい ★ごぼう <p>★クレソン</p> <ul style="list-style-type: none"> □じゃがいも □さといも ○みそ だしパック <p>※とうふハンバーグ(おろしソース)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○※とうふハンバーグ ★だいこん ★ねぎ <p>しょうゆ みりん さとう</p>	<p>□パン</p> <p>※いちごミックスジャム</p> <p>ポトフ</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ウインナー ★たまねぎ ★だいこん ★にんじん ★キャベツ <p>★クレソン</p> <ul style="list-style-type: none"> □じゃがいも コンソメ こしょう <p>ひじきサラダ</p> <ul style="list-style-type: none"> ○どりにく ○ひじき ★とうもろこし <p>★にんじん ★キャベツ □ごまドレッシング</p>	<p>□ごはん</p> <p>はっぼうさい</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ぶたにく ○いか ○うずらたまご ★にんじん ★たまねぎ ★はくさい ★もやし <p>□ごまあぶら ちゅうかだし こしょう さけ しょうゆ かたくりこ</p> <p>○※はるまき</p> 
627kcal	708kcal	591kcal	570kcal	644kcal

11 牛乳	12 牛乳	13 牛乳	14 牛乳	15 牛乳
<p>□げんりょうパン</p> <p>※ミルメークココア</p> <p>ごぼうスパゲティ</p> <ul style="list-style-type: none"> □スパゲティ ○ぶたにく ○ベーコン ★ごぼう ★にんじん ★キャベツ ★なばな <p>★えのきたけ ★にんにく □こめあぶら トウパンジャン しょうゆ さとう</p> <p>コールスローサラダ</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ハム ★キャベツ <p>★とうもろこし □コールスロードレッシング</p>	<p>さかなのほねに ちゅういしましよ</p> <p>□ごはん</p> <p>あぶらあげとごまつなのみそじる</p> <ul style="list-style-type: none"> ○とうふ ○あぶらあげ ★たまねぎ ★ごまつな <p>★ねぎ ○みそ だしパック</p> <p>しろみさかなのうめいりてんぷら</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ほき ○あおりの ★うめ <p>ごむぎこ かたくりこ しお す</p> 	<p>さんしょくどん</p> <ul style="list-style-type: none"> □ごはん ○どりにく ○ぶたにく ○だいきー ○たまご ★いんげんまめ ★たまねぎ <p>★しょうが □ごま しょうゆ みりん さけ さとう</p> <p>ごまつなのじゃこあえ</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ちりめんじゃこ ○かつおぶし ★ごまつな ★もやし <p>★にんじん しょうゆ みりん さけ</p>	<p>□パン</p> <p>ワンタンスープ</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ワンタン ○どりにく ○ぶたにく ★キャベツ ★もやし ★にんじん <p>★しいたけ ★しょうが □ごま □こめあぶら ちゅうかだし</p> <p>○※ぎゅうにくコロック</p> 	<p>□ごはん</p> <p>わかめとじゃがいものみそじる</p> <ul style="list-style-type: none"> ○わかめ ○あぶらあげ ★たまねぎ ★ねぎ <p>□じゃがいも ○みそ だしパック</p> <p>うめずからあげ(2こ)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○どりにく うめず しょうゆ <p>さけ かたくりこ</p> 
621kcal	577kcal	593kcal	610kcal	649kcal

18
牛乳

□パン

※そつぎょうおいおいデザート
ABCマカロニスープ

- どりにく
- ★キャベツ
- ★たまねぎ
- ★にんじん
- ★だいこん

★ごまつな
□マカロニ
コンソメ
こしょう

※オムレツ(ミートマトソース)

- ※オムレツ
- どりにく
- ぶたにく
- ★トマト
- ★にんにく
- ★たまねぎ

□オリーブゆ
かたくりこ
ケチャップ
さとう
ウスターソース

621kcal

19

20

21


22

きゅうしよくは、ありません

きょうしよく

春分の日

ご卒業
おめでとうございます!



給食から、どんなことを学びましたか?

卒業や進級など節目を迎える時期となりました。給食は、「心と体の栄養になるよう
に」「おいしく安心して食べられるように」など、たくさんの思いを込めて作っています。
皆さんは、給食を食べながら、どんなことを感じ、学んでいましたか?
今年度の給食もあと少しで終わります。この1年を振り返るとともに、残りの
日々も給食をしっかり食べて、元気に学校生活を送ってほしいと思います。



□・・・き (ねつやちからのもとになる) ○・・・あか (ち、にく、ほねをつくる) ☆・・・みどり (からだのちようしをととのえる)

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。
* 3月分の給食費引き落としは、4月10日(水)になりますので、よろしくお願ひします。
* 未納の方については、和歌山簡易裁判所に支払督促申立を行いますので、ご注意ください。