



給食だより



	月	火	水	木	金	土
昼食				(1日) 鶏肉の甘酢あん ポテトサラダ わかめ汁	(2日) 魚の竜田揚げ 春色サラダ (保小中連携献立) じゃが玉汁	(3日) ハヤシライス マカロニサラダ 果物
おやつ				お好み焼き・牛乳	チーズおむすび	お菓子
昼食	(5日) ポークビーンズ ビーフンサラダ オニオンスープ	(6日) 魚の磯辺フライ キャベツの酢の物 若竹汁	(7日) きのこスパゲティ 鶏の甘辛煮 春野菜スープ	(8日) 野菜のかき揚げ マカロニサラダ すまし汁	(9日) 魚の塩焼き 野菜の納豆和え きのこ汁	(10日) 味噌焼肉丼 すまし汁 果物
おやつ	きな粉おむすび	みたらし団子・牛乳	ゆかりじゃこおむすび	苺クッキー・牛乳	たくあんおむすび	お菓子
昼食	(12日) 厚揚げと野菜の煮物 スタッフエンドウサラダ じゃが玉汁	(13日) 魚の胡麻味噌焼き アスパラの和え物 かぼちゃ汁	(14日) かまどクッキング 	(15日) 麻婆豆腐 わかめサラダ 中華スープ	(16日) お魚ハンバーグ 人参サラダ ほうれん草のスープ	(17日) 春野菜カレー 果物
おやつ	鮭おむすび	野菜パンケーキ・牛乳	フルーツヨーグルト	お菓子	炊き込みおむすび	お菓子
昼食	(19日) カレー肉じゃが ほうれん草サラダ すまし汁	(20日) 焼ししゃも かぼちゃサラダ キャベツの味噌汁	(21日) お誕生日会 	(22日) チンジャオロース ひじきサラダ きのこ味噌汁	(23日) 煮魚 コールスローサラダ 豚汁	(24日) おかず入り弁当の日
おやつ	たけのこおむすび	果物・牛乳	誕生日ケーキ・牛乳	じゃが丸くん	グリーンピースおむすび	お菓子
昼食	(26日) 避難訓練 非常食を食べます ※白ご飯はいりません	(27日) 魚のオーロラ焼き キャベツの酢の物 玉ねぎの味噌汁	(28日) 春野菜豆乳肉うどん 鶏肉の甘酢煮 冷やしトマト	(29日) 昭和の日	(30日) 魚の南蛮漬け 納豆和え (保小中連携献立) すまし汁	
	五目おむすび	フライドポテト・牛乳	わかめおむすび		夕焼けおむすび	

4月の予定

・4/14日(水) かまどクッキング

・お花見(からっぽのお弁当を持ってくるください。)

中身は給食を詰めます。)

日にちはまだ未定です。改めてお知らせします。

・3/29日(月)避難訓練で非常食を食べます。(カンパン、シチュー)

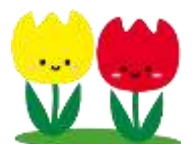
※白ご飯はいりません



4月の美味しいお魚

まあじは、島根県でよく捕れる魚で、浜田市で捕れるまあじには一定の条件を満たすと【どんちっちあじ】というブランド名が付きます。

脳の働きを良くしてくれるDHAや、血液サラサラにしてくれるEPAがたっぷりふくまれています。色々な調理方法で美味しく食べられるところも魅力の一つです。



3月の食事の様子

