

3月よていにこんだてひょう

※献立は、食材等の都合により変更させていただく場合があります。

月	火	水	木	金
2	3 ひなまつりメニュー ひなあられ いりどりあえ セルフちらし すしのぐ ごはん あさりのみそしる キャベコン サラダ	4 ふれあいのおかしえん がっこうちゅうがくぶ リクエストメニュー やさいの こんぶあえ とりにくの からあげ コシヒカリ ごはん さわにわん	5 いそ マヨネーズ あえ あつあげの マーボー あんかけ コシヒカリ ごはん もずくと たまごの スープ	6 だいすと やさいの なめたけあえ つまりポークの メンチカツ ごはん きりぼし だいこんの みそしる
9	ミニぶどうゼリー ブロックリー とひじきの サラダ ごはん チキンカレー	10 じやがいもの シャキシャキ サラダ あじの やくみソースがけ ごはん キャベツの みそしる	11 さんしょく ナムル プルコギ コシヒカリ ごはん ピリから スープ	12 れんこんと あぶらあげの ごますあえ だいすと ポテトの あまからあえ ごはん とりごぼう じる
16	こくとうまめ かいそう サラダ ゆでちゅう かめん みそやさい ラーメン スープ	17 だいこんと ツナのサラダ セルフキムタク ごはんのぐ ごはん なめこの みそしる	18 そつぎょう・しんきゅう おいわいメニュー おいわいケーキ しょうゆ フレンチ とりにくの ゆきした にんじんソース がけ コシヒカリ ごはん はるの すまじる	19 ゆかり マヨあえ めばるの ごまケチャップ ソース ごはん ウインナーの コンソメ スープ
23	1年間ありがとうございました。 <p>今年度も中央学校給食センターの給食、食育の取組に深いご理解 とご協力をいただきましてありがとうございました。来年度も、子 どもたちの「心」と「体」が元気になるおいしい給食作りを目指 し、安全・安心な給食作りに努めてまいります。どうぞよろしくお 願いいたします。</p>			

春休みも 毎日朝食をとろう

わたし
 はる やす
 春休みも
 まい にち ちょう しょく
 每日朝食をとろう
 私たちは、寝ている間もエネルギーを使っています。
 朝食には、頭や体を自覚めさせ、エネルギーを
 補給してくれる大切な働きがあります。春休みの間
 も、学校があるときと同じように早寝早起きを心が
 け、毎日朝食をとるようにしましょう。



春休みは 家の仕事を 積極的に！

はる やす
 春休み中は、おうちの人のお手伝いを積
 きよくてき
 極的にしましょう。例えば、食事の配せん
 しょつき
 や食器の片付け、ごみ出しなどがありま
 す。自分にできることを考え、いろんなこ
 とにチャレンジできるとよいですね。

