



令和6(2024)年度

3月

よていにんだてひょう

志木市立宗岡小学校

3月の給食目標
「1ねんかんをふいかってみよう」

げつようび			かようび			すいようび			もくようび			きんようび		
3 きすのわかくさあげ なのはなずし すましじる			4 キャベツとコーンのサラダ きなこあげパン ポークビーンズ			5 ぶりのてりやき ごまあえ むぎごはん とうふのみそしる			6 にくみそむしパン うどん とりなんばんうどん			7 とりのからあげ はるいろチャーハン わかめスープ		
ひなまつりこんだて 582kcal 34.6g			533kcal 23.6g			544kcal 29.2g			623kcal 25.5g			625kcal 28.1g		
ぎゅうにゅう さけフレーク たまご きす かまぼこ	なばな こまつな ねぎ えのきだけ	こめ さとう あぶら はくりきこ	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず きなこ	キャベツ とうもろこし にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム	こめこパン じゃがいも こんにゃく さとう さんおんとう あぶら	ぎゅうにゅう ぶり とうふ あかみそ しろみそ	しょうが ほうれんそう にんにく もやし ねぎ えのきだけ こまつな	こめ おおむぎ さんおんとう かたくりこ こま	ぎゅうにゅう とりにく あかみそ	しょうが たまねぎ にんにく ぶなしめじ こまつな ねぎ	うどん はくりきこ さとう さんおんとう あぶら	ぎゅうにゅう さくらえび たまご とりにく わかめ	こまつな しょうが にんにく にんじん ねぎ	こめ かたくりこ こまあぶら あぶら
10 カリカリフィッシュ ちゅうかおこわ ちゅうかスープ			11 なのはなのすみそあえ きよみ ごはん にくどうふ			12 ごまだんご 2こ ちゅうかめん あんかけラーメンのしる			13 あかえんぴつのでんぷら デコボン わかめごはん ぐだくさんみそしる			14 ハンバーグ せんざりキャベツ こどもパン ハンバーガーにして たべてください ミネストローネ		
553kcal 29.7g			606kcal 27.7g			612kcal 30.8g			551kcal 26.1g 本(はれときどきふた)のこんだて			704kcal 31.4g		
ぎゅうにゅう やきぶた しいら うすらのたまご	にんじん ねぎ ほししいたけ たけのこ にんにく しょうが はくさい	こめ もちこめ さとう あぶら はくりきこ パンに コーンフレーク こまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく やきどうふ しろみそ	にんじん たまねぎ なばな ねぎ こまつな もやし きよみ	こめ おおむぎ しらたき やきふ さんおんとう さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく	もやし きくらげ たまねぎ にんにく にんじん はくさい チンゲンサイ ほししいたけ しょうが	ちゅうかめん かたくりこ さつまいも あぶら こま こまあぶら さんおんとう しらたまこ じょうしんこ	ぎゅうにゅう わかめ とうふ チーズ とりにく あぶらあげ あかみそ しろみそ	ピーツ こまつな ねぎ だいこん にんじん デコボン	こめ こま はるまきのかわ はくりきこ さといも こんにゃく あぶら こまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにゅう たまご たまご あかみそ ベーコン ウィンナー	たまねぎ えのきだけ キャベツ にんじん にんにく トマトかん	こどもパン やきふ じゃがいも さんおんとう あぶら
17 さかなのさいきょうやき はるのきんぴら むぎごはん はくさいのみそしる			18 プリン カレーライス やさいソテー			おいしく減塩！ プロジェクト 志木市で行っている「おいしく減塩！減らソルトプロジェクト」のロゴマークです。減塩献立の日にマークをつけています。			ご卒業・進級の季節になりました 今年度の給食も残すところ12回となりました。6年生にとっては宗岡小で食べる給食もあと少しですね。思い出にのこっている給食はありますか？ 給食も学校での思い出の1ページに加えてもらえるとうれしいです。					
ふつかはやいしょくいくのひ 568kcal 24.5g			給食委員会がかんがえたこんだて 705kcal 26.9g			表示の説明 おもにからだをつくるものになる			エネルギー(kcal) たんぱく質(g)					
ぎゅうにゅう さわら あぶらあげ さいきょうみそ しろみそ あかみそ	うど ねぎ れんこん こほう にんじん はくさい しめじ	こめ おおむぎ さんおんとう しらたき こまあぶら こま	ジョア ぶたにく ベーコン たまご	しょうが にんにく たまねぎ にんじん とうもろこし キャベツ ほうれんそう	こめ おおむぎ じゃがいも はくりきこ バター はちみつ さとう あぶら	おもにからだをつくるものになる	おもにからだのちょうしをととのえる	おもにねつやちからのものになる						

ご卒業・進級の季節になりました

今年度の給食も残すところ12回となりました。6年生にとっては宗岡小で食べる給食もあと少しですね。思い出にのこっている給食はありますか？

給食も学校での思い出の1ページに加えてもらえるとうれしいです。

