



令和7(2025)年度

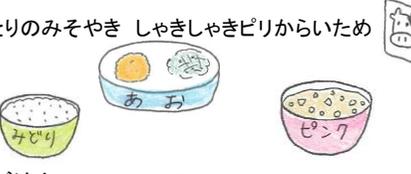
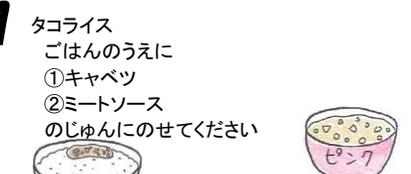
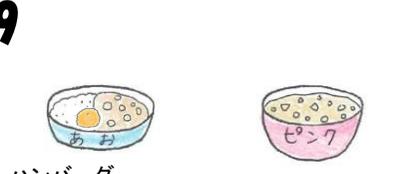
3月

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ねんかんをふいかえってみよう」

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
2 にくみそむしパン  うどん とりなんばんうどん 648kcal 30.6g	3 さくらいろゼリー きすのわかくさあげ  なのはなずし すましじる ひなまつりにんだて 566kcal 26.7g	4 ぶりのてりやき ごまあえ  むぎごはん おあげのみそじる 545kcal 27.5g	5 とりにくのおこしやき  はるいろチャーハン わかめスープ 632kcal 24.5g	6 やきにく サラダ パンにはさんでたべてください  ピタパン ポトフ 556kcal 28.8g
ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく あかみそ しょうが たまねぎ にんじん 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	ぎゅうにゅう まぐろかん たまご きす かまぼこ なばな えのきだけ こまつな りんごジュース ぶどうジュース せんちゃ ねぎ こめ さとう はくりきこ あぶら	ぎゅうにゅう ぶり あぶらあげ あかみそ しろみそ しょうが もやし ねぎ こまつな にんじん えのきだけ 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 さくらえび とりにく わかめ たまご こまつな にんじん にんにく ねぎ こめ ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく しょうが かぶ にんにく たまねぎ キャベツ にんじん マッシュルーム ピタパン あぶら こんにやく マヨネーズ さんおんとう じゃがいも
9 とりのみそやき しゃきしゃきピリからいため  ごはん すましじる 526kcal 23.6g	10 じゃがまるくん  ちゅうかめん あんかけラーメン 732kcal 29.5g	11 ぶたにくのしょうがやき ポイルキャベツ  ごはん とうふのみそじる 526kcal 25.6g	12 ぐりとぐらのパンプキンプリン  スパゲティミートビーンズ やさいスープ ぼん(ぐりとぐらとすみれちゃん)のこんだて 632kcal 26.3g	13 さばのぶんかほし むげんもやし  むぎごはん さつまいものみそじる 602kcal 26.6g
ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく あかみそ きりほしだいこん にんじん にんにく だいこん ねぎ こまつな えのきだけ こめ さんおんとう ごまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あかみそ しろみそ たまねぎ もやし にんじん しょうが はくさい にんにく チンゲンサイ ほししいたけ ちゅうかめん じゃがいも かたくりこ こまあぶら あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あかみそ しろみそ しょうが にんにく たまねぎ キャベツ にんじん だいこん こめ さんおんとう あぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす なまクリーム にんにく しょうが たまねぎ にんじん セロリー キャベツ かぼちゃ スパゲティ オリーブオイル さとう あぶら	ぎゅうにゅう さばぶんかほし まぐろかん あぶらあげ しろみそ あかみそ もやし だいこん こまつな ねぎ こめ おおむぎ さつまいも ごまあぶら こま
16 みそポテト  そぼろごはん とんじる きゅうしょくいんがかんがえたこんだて 718kcal 39.8g	17 タコライス ごはんのうえに ①キャベツ ②ミートソース のじゅんにのせてください  アーサじる きゅうしょくいんがかんがえたこんだて 547kcal 27.3g	18 やきにくサラダ  きなこあげパン チリコンカン きゅうしょくいんがかんがえたこんだて 743kcal 34.1g	19  ハンバーグ カレーライス フルーツポンチ きゅうしょくさいしゅうび 681kcal 22.0g	しゅんぶん ひ 春分の日 
ぎゅうにゅう ぶたにく たまご あぶらあげ あかみそ しろみそ しょうが にんじん さやいんげん だいこん こまつな こめ さといち さんおんとう はくりきこ こまあぶら こんにやく	ぎゅうにゅう ぶたにく だいす とうふ あおさ にんにく たまねぎ キャベツ ねぎ トマトかん こめ おおむぎ あぶら	ぎゅうにゅう きなこ ぶたにく いんげんまめ キャベ こまつな にんにく しょうが にんじん たまねぎ セロリー マッシュルーム こめこパン こんにやく さとう あぶら こまあぶら	ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにく とうふ たまご しょうが にんにく たまねぎ りんご みかんかん パインかん おうとうかん わなしかん こめ おおむぎ じゃがいも はくりきこ パター やきふ あぶら ナタデココ さとう	

表示の説明	エネルギー(kcal) たんぱく(しつ)g	
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

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14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。

