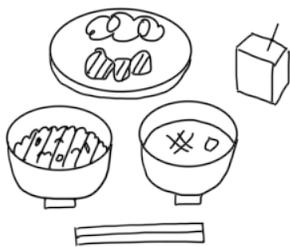
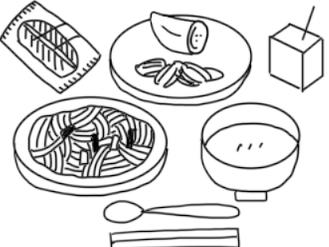
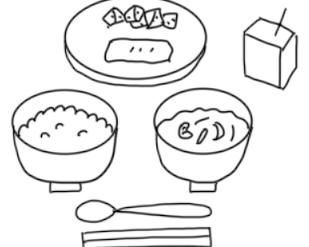
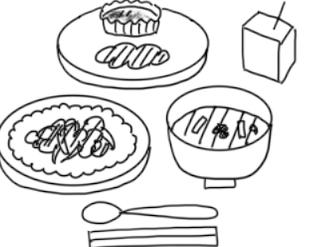
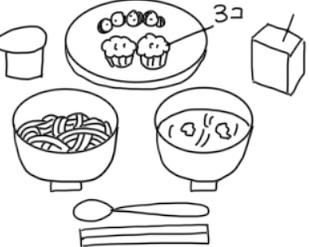
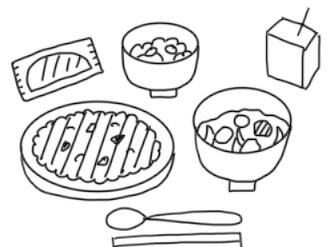
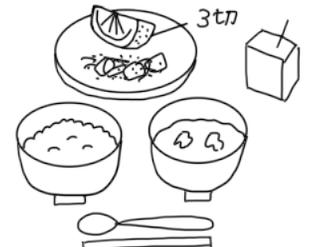
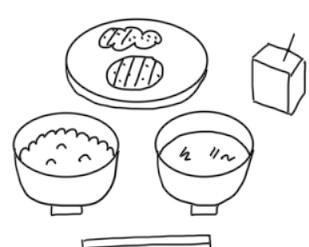
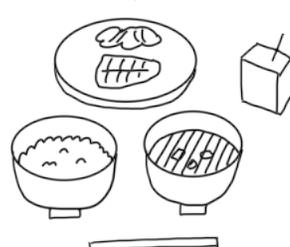
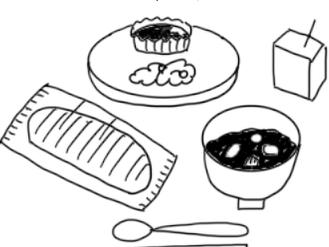
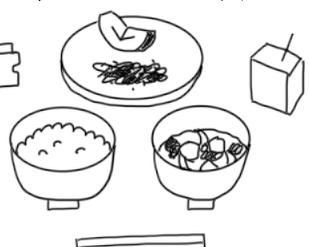


令和8年3月分

中学校給食献立予定表

月				火			水			木			金						
2	エネルギー 746 kcal	たんぱく質 37.5 g	しつ 25.8 g	3	エネルギー 791 kcal	たんぱく質 30.3 g	しつ 23.4 g	4	エネルギー 849 kcal	たんぱく質 26.9 g	しつ 23.7 g	5	エネルギー 678 kcal	たんぱく質 26.8 g	しつ 13.9 g	6	エネルギー 695 kcal	たんぱく質 32.3 g	しつ 25.1 g
かやくごはん♪ 牛乳 鶏のから揚げ♪ うずら卵と野菜の炒め物♪ すまし汁 				焼きそば♪ ベビーパン チンゲンサイのソテー とうもろこしと卵のスープ パナナ 牛乳 			ごはん 牛乳 ハ宝菜♪ いかの天ぷら 大学いも 			豚肉ときゅうりのしょうが井♪ ほうれん草のおかか和え♪ わかめのみそ汁 にんじんゼリー♪ 牛乳 			白菜ラーメン♪ 牛乳 肉団子の餅米蒸し ビリカラきゅうり♪ 豆乳プラマンジェ♪ 						
9	エネルギー 921 kcal	たんぱく質 31.2 g	しつ 26.8 g	10	エネルギー 874 kcal	たんぱく質 24.3 g	しつ 34.3 g	11	エネルギー 773 kcal	たんぱく質 26.7 g	しつ 20.0 g	12	エネルギー 787 kcal	たんぱく質 35.8 g	しつ 25.0 g	13			
大人のカレーライス♪ 豚カツ わかめサラダ♪ すだちゼリー 牛乳 				ケチャップライス♪ 牛乳 ポトフ 豆のごまマヨ和え 卒業お祝いデザート♪ 			ごはん 牛乳 白菜のクリーム煮 じゃがいもと春雨の炒め物 清見オレンジ 			ごはん 牛乳 和風ハンバーグ 白菜のごま和え ゆばのすまし汁 			中学校卒業式 						
16	エネルギー 832 kcal	たんぱく質 32.7 g	しつ 33.4 g	17	エネルギー 811 kcal	たんぱく質 32.1 g	しつ 26.4 g	18	エネルギー 732 kcal	たんぱく質 31.1 g	しつ 15.7 g	19				20			
ごはん 牛乳 さばの塩焼き 白菜の即席漬け 豚汁 				コッペパン 牛乳 ポークビーンズ キャベツとコーンのマヨサラダ ぶどうゼリー 			ごはん 牛乳 肉豆腐 ほうれん草のごま和え りんご ミニはっ酵乳 			全校給食なし 			春分の日 						

給食ではたらく人からのメッセージです！ 卒業おめでとう！

1年間、ありがとうございました

みなさんの「おいしかった!」や、からっぽになった食缶は、私たち給食ではたらく人にとっての宝物になっています。これからもしっかり食べて元気に過ごしてね!



Table with 5 columns (2, 3, 4, 5, 6) and multiple rows of food items and quantities. Includes categories like 'かやくごはん', '鶏のから揚げ', '焼そば', etc.

Table with 5 columns (9, 10, 11, 12, 13) and multiple rows of food items and quantities. Includes categories like '大人のカレーライス', '豚カツ', 'ケチャップライス', etc.



Table with 5 columns (16, 17, 18, 19, 20) and multiple rows of food items and quantities. Includes categories like 'さばの塩焼き', '白菜の即席漬け', 'ポークビーンズ', etc.



今年も千早赤阪村と河南町の野菜を
たくさん使いました！育て下さった方々、ありがとうございました！



Hand-drawn illustrations of various vegetables with their names and weights. Includes items like 'たまねぎ' (1096kg), 'じゃがいも' (656kg), 'キャベツ' (442kg), 'みかん' (1300), 'はくさい' (436kg), 'きゅうり' (202kg), 'にんじん' (131kg), 'たす' (115kg), 'さつまいも' (152kg), 'ほうれん草' (231kg), 'こまつな' (241kg), 'だいこん' (94kg), 'ブロッコリー' (31kg), 'にんにく' (6kg), 'たけのこ' (24kg), 'さといも' (111kg), 'トマト' (5kg), 'あおねぎ' (66kg), 'しろねぎ' (4kg), 'リーフレタス' (500g), and 'ミント' (70g). A note says '桐山産!! 「キビ」に使ったよ'.

【栄養三色】黄：ちからや熱になる(炭水化物、脂肪) 赤：からだをつくる(たんぱく質、ミネラル) 緑：からだの調子をととのえる(ビタミン、ミネラル、食物繊維) ★印は千早赤阪村産、☆印は河南町産です。 ※材料入荷の都合などにより内容を変更する場合があります。ご了承ください。