

月			火			水			木			金		
思い出の給食アンケート 中学3年生のアンケートで人気のあったメニュー(の)も1~3月にとり入れています。アンケートでは給食の思い出も教えてくれた。思い出もステキ 結果はこちら 思い出もステキ 7日、中に 17日、中に						1 エネルギー たんぱく質 脂質 838 kcal 25.4 g 22.9 g ごはん 牛乳 春巻き チンゲンサイのかにあんかけ わかめスープ すだちゼリー			2 エネルギー たんぱく質 脂質 909 kcal 33.0 g 19.8 g ごはん 牛乳 じゃがいものお焼き 小松菜の大豆粉和え さつま汁 わらびもち			3 エネルギー たんぱく質 脂質 835 kcal 24.0 g 27.3 g エビピラフ 牛乳 ポトフ ごぼうのごまマヨ和え ネーブル		
6 エネルギー たんぱく質 脂質 843 kcal 36.1 g 17.7 g ごはん 牛乳 豚キムチ きこのみそ汁 キャベツのごま和え いちごゼリー 味付け小魚			7 エネルギー たんぱく質 脂質 816 kcal 37.5 g 28.5 g たらこスパゲティー 牛乳 もやしサラダ クラムチャウダー ぶどうミニゼリー プロセスチーズ			8 エネルギー たんぱく質 脂質 1066 kcal 32.8 g 29.0 g カレーライス 豚カツ わかめサラダ フルーツヨーグルト 牛乳			9 エネルギー たんぱく質 脂質 767 kcal 29.9 g 22.4 g 中華風たきごはん ピリカラポーク 牛乳 白菜のごま和え もやしと春雨のスープ			10 エネルギー たんぱく質 脂質 881 kcal 38.5 g 28.0 g アップルパン 牛乳 タンドリーチキン ポテトサラダ コーンポタージュ 卒業お祝いデザート		
13 エネルギー たんぱく質 脂質 717 kcal 28.3 g 16.7 g ごはん 牛乳 いわしのしょうが煮 もやしのごま和え すまし汁 清見オレンジ			14 卒業式			15 エネルギー たんぱく質 脂質 896 kcal 36.0 g 34.5 g てまきずし 牛乳 小松菜のみそ汁 いちご スティックチーズ			16 小学校卒業式			17 エネルギー たんぱく質 脂質 952 kcal 35.4 g 34.8 g コッペンパン はち餅乳 いかのアーモンド揚げ マカロニサラダ じゃがいもポタージュ		
そ きんう 川口 ごとう よだ ぎ よ う なかアス			21 エネルギー たんぱく質 脂質 753 kcal 28.2 g 25.4 g ベビーパン 牛乳 焼きそば チンゲンサイのソテー 白菜スープ パナナ			22 エネルギー たんぱく質 脂質 763 kcal 30.7 g 20.5 g ごはん 牛乳 肉豆腐 清見オレンジ いかなごのくさ煮 ブロッコリーのごま和え			23 エネルギー たんぱく質 脂質 903 kcal 33.3 g 34.6 g ごはん 牛乳 さばの塩焼き 白菜の即席漬け 大根のみそ汁 ヨーグルト			おめでとう! きょうしゅく センターより みなさんの「おいしかった!」やカラッポになった食事は、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!		
かわバ そ にしうみ え いりし 中村 ん きただ お め やざ かわぐち で まづみ う さかもと			かわバ そ にしうみ え いりし 中村 ん きただ お め やざ かわぐち で まづみ う さかもと			かわバ そ にしうみ え いりし 中村 ん きただ お め やざ かわぐち で まづみ う さかもと			かわバ そ にしうみ え いりし 中村 ん きただ お め やざ かわぐち で まづみ う さかもと			かわバ そ にしうみ え いりし 中村 ん きただ お め やざ かわぐち で まづみ う さかもと		

(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1リ内容を変更する場合があります。ご了承ください。