

3月



青山中学校



筑前煮

エビフライ

お祝い汁

お祝いデザート

6日

エネルギー 871 kcal 塩分 1.9g

野菜のソテー

オムレツ

ジャム

ポークビーンズ

13日

エネルギー 796 kcal 塩分 3.9g

ポイルキャベツ

煮込みハンバーグ

アサリのチャウダー

20日

エネルギー 881 kcal 塩分 3.7g

鉄分が多い献立の日

食物せんいが多い献立の日

「日本型食事」の日

てっちゃん
せんいくん
わしよっくん

卒業式

7日

じゃがいものそぼろ煮

シシャモのお茶揚げ

キャベツの味噌汁

14日

エネルギー 770 kcal 塩分 2.1g

春分の日

21日

キャベツのサラダ

フライビーンズ

麦入り

カレーライス

1日

エネルギー 854 kcal 塩分 2.5g

ほうれん草のおかかあえ

親子丼

麦入り

岐阜(ぎふ)味噌汁

8日

エネルギー 752 kcal 塩分 2.5g

白菜の塩炒め

酢豚

麦入り

春雨のスープ

15日

エネルギー 797 kcal 塩分 2.9g

切り干し大根とツナの煮つけ

鶏肉のかぼすだれ

麦入り

岐阜(ぎふ)味噌汁

22日

エネルギー 848 kcal 塩分 2.2g

ちらしごはん 錦糸卵

サケの塩焼き

麦入り

あおさのしんじょ汁

2日

エネルギー 800 kcal 塩分 3.0g

くきわかめの炒め煮

ソフトカレーのたつた揚げ

麦入り

一食うどん

9日

エネルギー 839 kcal 塩分 2.2g

ひじきと大豆の煮物

マグロのたつた揚げ

麦入り

沢煮椀

16日

エネルギー 836 kcal 塩分 2.1g

中華あえ

じゃがいものから揚げ

麦入り

麻婆豆腐

23日

エネルギー 817 kcal 塩分 2.5g

うの花いり

イカの照り煮

麦入り

利休汁

3日

エネルギー 781 kcal 塩分 2.8g

にんじんの塩こうじきんぴら

サバの味噌煮

麦入り

田舎汁

10日

エネルギー 798 kcal 塩分 2.3g

小松菜のごまあえ

鶏肉と大豆の煮物

麦入り

かきたま汁

17日

エネルギー 829 kcal 塩分 2.0g

修了式

24日

給食の時間をふりかえろう どれだけできたかな？

協力して給食の準備ができた

きれいにこぼさず盛り付けができた

食事中はマナーを守り食べることができた

バランスの良い食事のとり方がわかった

岐阜県の地場産物や郷土料理がわかった

感謝の気持ちをもって食べることができた