

2月27日(月)

2月28日(火)

3月1日(水)

3月2日(木)

3月3日(金)

3月4日(土)

3月5日(日)

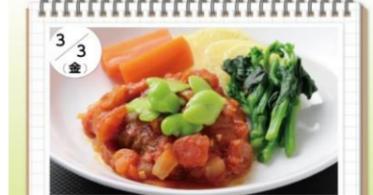
主食

# 【3月のイベント食】

副食



サラダ



汁物

飲物



栄養価



主食

A

B

昼食

デザート

汁物

飲物

栄養価 A選択 B選択



主食

主菜

夕食

副菜

飲物

汁物

栄養価

**\* 特別給食 \***

- 3月1日(水) いちご大福
- 3月10日(金) カニ甲羅グラタン

ライス				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
温泉卵				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
ハム野菜炒め				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
アボカド、コーン、しそ昆布				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
スープバー				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
牛乳				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量
598kcal	18.8g	87mg	2.2mg	3.2g

パン				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
肉団子の甘酢あん				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
粉ふき芋				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
枝豆、レッドオニオン、マカロニサラダ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
スープバー				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
牛乳				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量
725kcal	23.3g	305mg	2.2mg	4.8g

モーニング Buffet

パン				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
目玉焼き				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
ベーコン				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
大根、オクラ、ツナサラダ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
パンプキンスープ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
牛乳				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量
666kcal	22.0g	278mg	0.8mg	3.9g

セルフホットドッグ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
フランクソーセージ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
エッグサラダ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
きゅうり、カリフラワー、ポテトサラダ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
コーンスープ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
牛乳				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量
948kcal	28.7g	277mg	1.5mg	6.1g

ライス・パン				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
とんかつ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
和風きのこスパゲッティ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
ブロッコリーのごまおかか和え				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
特別給食 いちご大福				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
春菊と白菜の味噌汁				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
牛乳				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量
1322kcal	38.5g	330mg	2.1mg	4.7g
1377kcal	39.8g	315mg	3.4mg	3.9g

卒業式

ライス				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
NEW 春野菜のトマト煮込みハンバーグ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
とんこつラーメン				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
えんどう豆の中華和え				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
桜餅				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
わかめスープ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
牛乳				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量
993kcal	28.1g	293mg	1.8mg	3.4g
1106kcal	34.4g	338mg	2.5mg	8.9g

ライス				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
鶏肉のグリル 柚子胡椒ソース				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
きんぴらごぼう				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
小松菜と里芋の味噌汁				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
牛乳				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量
839kcal	37.3g	99mg	2.3mg	4.0g

ライス				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
まぐろカツ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
チンゲン菜とチャーシューのソテー				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
かき玉汁				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
牛乳				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量
816kcal	30.3g	136mg	3.4mg	4.5g

混ぜご飯(わかめ)				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
豆腐ハンバーグの和風あんかけ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
ひじきと白滝の煮付け				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
いか天ぷら				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
牛乳				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
にらと卵のスープ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量
1015kcal	32.4g	309mg	1.7mg	9.7g
2963kcal	90.4g	719mg	6.7mg	17.2g

ライス				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
ポークカレー				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
サラダバー				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
ハムカツ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
オニオンスープ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量
1317kcal	29.3g	89mg	2.8mg	6.6g
2042kcal	52.6g	394mg	5.0mg	11.4g

ライス				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
揚げ餃子のチリミート				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
カリフラワーのコンソメ煮				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
フルーチェ イチゴ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
牛乳				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
はんぺんのすまし汁				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量
1058kcal	33.1g	355mg	2.3mg	7.7g
3157kcal	95.6g	986mg	6.6mg	20.0g

ライス				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
牛肉の味噌野菜炒め				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
ポテトの醤油バター風味				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
たこ焼き				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
牛乳				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
春雨スープ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量
1200kcal	36.0g	337mg	4.5mg	4.9g
2705kcal	95.3g	714mg	7.6mg	12.8g

ライス				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
とんてき				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
豆たっぷりヘルシーサラダ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
竹輪の磯辺揚げ				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
牛乳				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
なすと大根葉の味噌汁				
アレルギー	小麦	卵	乳	そば 落花生 えび かに
エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量
1074kcal	39.3g	328mg	3.5mg	6.5g
2838kcal	98.3g	741mg	8.4mg	17.1g

Table with columns for dates (3月6日 to 3月12日) and rows for meal types (朝食, サラダバー, 汁物, 飲物, 栄養価). Includes a 'モーニング Buffet' section with an illustration of a family.

Table with columns for dates and rows for meal types (主食, A, B, 小鉢, デザート, 汁物, 飲物, 栄養価). Includes a '特別給食 カニ甲羅グラタン' section.

Table with columns for dates and rows for meal types (主食, 主菜, 副菜, 飲物, 汁物, 栄養価, 一日計栄養価). Includes a 'はんぺんのすまし汁' section.

Table with columns for dates (3月13日 to 3月19日) and rows for food categories (主食, 副食, サラダバー, 汁物, 飲物) and a nutrition table at the bottom.



Table with columns for dates (3月13日 to 3月19日) and rows for food categories (主食, A, B, 小鉢, デザート, 汁物, 飲物) and a nutrition table at the bottom.

Table with columns for dates (3月13日 to 3月19日) and rows for food categories (主食, 主菜, 副菜, 飲物, 汁物) and a nutrition table at the bottom.

		3月20日(月)					3月21日(火)					3月22日(水)					3月23日(木)				
朝食	主食	セルフそぼろ丼					パン					ライス					パン				
	副食	鶏そぼろ					ペンネナポリタン					白身魚のフライ					目玉焼き				
	サラダ	大根、エンドウ、おかか昆布					カリフォルニアミックス、ヤングコーン、ツナサラダ					カリフラワー、海草サラダ、のり					レッドオニオン、きゅうり、さつまいもサラダ				
	汁物	スープバー					スープバー					スープバー					スープバー				
	飲物	牛乳					牛乳					牛乳					牛乳				
	栄養価	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量



		3月24日(金)					3月25日(土)					3月26日(日)														
昼食	主食	ライス					ライス					ライス					ライス									
	A	チキンソテー タルタルソース					牛肉の南蛮焼き					ポークソテーBBQソース					チキンカレー					ささみマヨカツ				
	B	かき揚げうどん					青菜と高野豆腐の煮浸し					ミートソーススパゲティ					大根ミックスサラダ					旬 菜の花と桜エビのお浸し				
	小鉢	旬 アスパラとコーンのソテー					春菊ともやしの味噌汁					ブロッコリーのガーリック炒め					大根ミックスサラダ					旬 菜の花と桜エビのお浸し				
	デザート											チーズパウンドケーキ														
	汁物	チンゲン菜と人参の味噌汁					春菊ともやしの味噌汁					大根の味噌汁					中華スープ					いんげんと里芋の味噌汁				
飲物	牛乳					牛乳					牛乳					牛乳					牛乳					
栄養価	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量	

		3月24日(金)					3月25日(土)					3月26日(日)													
夕食	主食	ライス					ライス					ライス					五目炊き込みご飯								
	主菜	和風おろしハンバーグ					油淋鶏					CHEF LUNCH 横浜大飯店監修 卵あんかけチリソース丼					いわし青のりフライ								
	副菜	里芋の野菜あんかけ					きんぴらごぼう					サラダバー					ポテトの醤油バター風味								
	飲物	牛乳					牛乳					牛乳					牛乳								
	汁物	なすと大根葉の味噌汁					麩と白菜の味噌汁					もやしとベーコンのスープ					きのこ汁								
	栄養価	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄



一日計栄養価	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	カルシウム	鉄	食塩相当量
--------	-------	-------	-------	---	-------	-------	-------	-------	---	-------	-------	-------	-------	---	-------	-------	-------	-------	---	-------