



にちよう	こんだてめい	赤(あか)	黄(き)	緑(みどり)	ひとくちメモ
		血や肉になるもの	力のもとになるもの	体の調子をととのえる	
1 水	ぎゅうにゅう ちらしずし さかなのてんぷら うおそうめんじる ゆでやさい ひなあられ	ぎゅうにゅう とりにく たまご しろみぎかな うおそうめん とうふ かまぼこ わかめ	こめ さとう あぶら ドレッシング ひなあられ こんにやく	にんじん ごぼう いんげん しいたけ えのきだけ ねぎ たまねぎ キャベツ	早いもので、3月になりました。風が冷たい日もありますが、春の陽射しを感じる日もありますね。本格的な春の訪れまであと少しです。桜の開花を楽しみに待ちましよう。 さて、今年度も残り一ヶ月になりました。卒業生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。仲間と食べる給食、最後まで楽しんでください。  ひな祭り 3月3日はひな祭りで。子どもの健やかな成長を願う行事で「上巳の節句」または「桃の節句」とも言われます。  ひな祭りの食べ物と言えは… ○ちらし寿司 ○ひなあられ ○ひし餅 ○はまぐりのお吸い物などがあります。給食では、ちらし寿司とひなあられが出ます。 【ひなあられ】 ひな祭りを代表するお菓子です。色とりどりのあられは春の大地を表しているそうです。 ○ピンク…桃の花 ○緑…草原 ○黄…大地  10日 ふるさとくまさんデー ★たちうおのガーリックソース★ 熊本県産の太刀魚を使います。姿が大きな刀に見える、立ち泳ぎをすることからこの名前がついたと言われています。白身でさっぱりとした味わいが特徴です。
2 木	ぎゅうにゅう むぎごはん みそおでん コーンサラダ なっとう	ぎゅうにゅう とりにく うずらのたまご あつあげ こんぶ ちくわ みそ なっとう	こめ むぎ さといも こんにやく マヨネーズ	だいこん にんじん キャベツ きゅうり たまねぎ コーン	
3 金	おわかれえんぞく				
6 月	ぎゅうにゅう むぎごはん スタミナマーボーどうふ ちゅうかサラダ デコボン	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ぶたにく とうふ あかみそ かにふうみかまぼこ	こめ むぎ ごま ごまあぶら さとう	にんじん たまねぎ しいたけ たけのこ にら にんにく しょうが キャベツ もやし きゅうり でこぼん	
7 火	ぎゅうにゅう ミルクパン みそラーメン ギョーザ フルーツあんじん	ぎゅうにゅう ぶたにく ギョーザ みそ	ミルクパン ちゅうかめん ごまあぶら あんじん	にんじん ねぎ きくらげ しょうが もやし コーン にんにく みかん もも バイン りんご パナナ	
8 水	ぎゅうにゅう むぎごはん さばのソースに つくねすましじる さんしよくなます	ぎゅうにゅう さば つくね とうふ	こめ むぎ さとう ごま	たまねぎ にんじん えのきだけ はくさい ねぎ だいこん きゅうり しょうが	
9 木	ぎゅうにゅう むぎごはん ごもくに こまつなサラダ おさかなそぼろ	ぎゅうにゅう とりにく だいず あつあげ ちぎりあげ ハム おさかなそぼろ	こめ むぎ じゃがいも こんにやく さとう マヨネーズ ドレッシング	にんじん しいたけ いんげん こまつな キャベツ コーン	
10 金	ぎゅうにゅう ふるさとくまさんデー ちゅうかどんぶり みかんゼリー たちうおのガーリックソース ミニトマト	ぎゅうにゅう ぶたにく さつまあげ うずらのたまご かまぼこ たちうお	こめ むぎ さとう ごまあぶら あぶら みかんゼリー	たけのこ にんじん キャベツ ねぎ たまねぎ きくらげ ミニトマト にんにく しょうが	
13 月	ぎゅうにゅう むぎごはん まごわやさしい「わしよくのひ」 しんじやがのうまに ひじきサラダ こくとうビーンズ いちご	ぎゅうにゅう ぎゅうにく さつまあげ かにふうみかまぼこ ひじき いりだいず	こめ むぎ じゃがいも ごま さとう マヨネーズ こんにやく	たまねぎ にんじん しいたけ えだまめ キャベツ こまつな いちご	
14 火	6-2 おたのしみこんだて				
15 水	ぎゅうにゅう むぎごはん げんきレバー みそしる ナムル ソファール	ぎゅうにゅう とりにく レバー とうふ あぶらあげ わかめ あおさ みそ ヨーグルト	こめ むぎ じゃがいも こむぎこ さとう あぶら ごまあぶら	たまねぎ にんじん えのきだけ だいこん ねぎ もやし にら	
16 木	ぎゅうにゅう カレーライス マカロニサラダ アーモンドカル	ぎゅうにゅう ぎゅうにく ハム いりこ	こめ むぎ じゃがいも マカロニ マヨネーズ アーモンド	たまねぎ にんじん りんごビュレ にんにく しょうが キャベツ きゅうり	
17 金	1ねんせい おたのしみこんだて				
20 月	ぎゅうにゅう むぎごはん とりのからあげ かいそうサラダ つぼんしる ケーキ	ぎゅうにゅう とりにく かまぼこ わかめ ちりめん	こめ むぎ さといも こむぎこ ごま あぶら こんにやく ドレッシング ケーキ	だいこん ごぼう にんじん しいたけ ねぎ キャベツ きゅうり にんにく しょうが	
21 火	しゅんぷんのひ				
22 水	ぎゅうにゅう チキンライス さけチーズフライ そつぎょうおいわいまんじゅう コンソメスープ ほうれんそうムース	ぎゅうにゅう とりにく さけ チーズ ベーコン	こめ じゃがいも あぶら ムース まんじゅう	たまねぎ にんじん えだまめ コーン キャベツ トマト パセリ	
23 木	そつぎょうしき				
24 金	しゅうりょうしき				