



☆朝ごはんをしっかりと食べましたか？
～朝食を食べて 頭も体も しゃきっと～



3月のこんだてひょう



令和5年3月 伊根小学校

月	火	水	木	金
<p>いわっこリクエスト給食の結果 (健康安全委員会より)</p> <p>【のみもの部門】 1位:牛乳 2位:マスカットジョア</p> <p>【たべもの部門】 同点1位:ハンバーグ、カレーライス</p> <p>1日と8日に登場します♪</p>	<p>1</p> <p>ごはん いねっこリクエスト</p> <p>✿ ハンバーグ</p> <p>マスタードサラダ</p> <p>✿ 大根ととり肉のスープ煮</p> <p>ぎゅうにゅう 牛乳</p>	<p>2</p> <p>ごはん</p> <p>すき焼き風煮</p> <p>煮豆</p> <p>カラフルサラダ</p> <p>ふのみそ汁</p>	<p>3</p> <p>★ひな祭りこんだて</p> <p>丹後のばら寿司</p> <p>ほうれん草のおかか和え</p> <p>すまし汁</p> <p>ひし形三色ゼリー</p>	
<p>6</p> <p>ごはん</p> <p>マーボー大根</p> <p>白菜のナムル</p> <p>てんじくいり</p> <p>中華スープ</p>	<p>7</p> <p>ごはん</p> <p>魚の南蛮づけ</p> <p>焼きじゃが</p> <p>おひたし</p> <p>みそ汁</p>	<p>8</p> <p>いねっこリクエスト</p> <p>✿ カレーライス</p> <p>✿ マスカットジョア</p> <p>キャベツとエリンギのソテー</p> <p>大豆のスナックあげ</p>	<p>9</p> <p>ごはん</p> <p>ひき肉団子の甘酢あんかけ</p> <p>中華和え</p> <p>スープ</p>	<p>10</p> <p>ごはん</p> <p>魚の塩焼き</p> <p>ひじきの炒り煮</p> <p>梅和え</p> <p>大根のみそ汁</p> <p>よもぎきな粉団子</p>
<p>13</p> <p>ごはん</p> <p>角切り豚肉と大根の煮物</p> <p>キャベツとわかめの酢のもの</p> <p>みそ汁</p> <p>チョコスコーン</p>	<p>14</p> <p>そばろパスタ</p> <p>シャキシャキサラダ</p> <p>大豆のシロップづけ</p>	<p>15</p> <p>★手作りパンの日</p> <p>いねっこバーガー♪</p> <p>手作りパン</p> <p>魚のフライ ~タルタルソース~</p> <p>蒸し野菜</p> <p>真だくさんミネストローネ</p> <p>りんご</p>	<p>16</p> <p>ごはん</p> <p>厚揚げの肉みそがけ</p> <p>粉ふきいも</p> <p>キャベツと水菜の塩昆布和え</p> <p>油揚げと白菜のすまし汁</p>	<p>17</p> <p>6年生 リクエスト給食♪</p> <p>ごはん</p> <p>とりのから揚げ</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>コーンポタージュ</p> <p>サイダーフルーツポンチ</p>
<p>20</p> <p>プルコギどんぶり</p> <p>野菜のかき揚げ</p> <p>たっぷり九条ねぎとわかめのお汁</p>	<p>21</p> <p>しゅんぶん ひ</p> <p>春分の日</p>	<p>22</p> <p>いねっぴーねランチで</p> <p>卒業おめでとう♪</p> <p>こも池小豆ごはん</p> <p>紅白もち米蒸し 「NEW」</p> <p>ほうれん草と白菜のごま和え</p> <p>椀物</p> <p>まっ茶プリン いちごソースがけ</p>	<p>23</p> <p>そつぎょうしき</p> <p>卒業式</p>	<p>24</p> <p>しゅうりょうしき</p> <p>修了式</p>

🌸 たべたものが、あなた自身！

この1年間…長く感じた人や短く感じた人など、思いは人それぞれだと思います。6年生は、小学校最後の月です。6年間の給食は、どんな思い出になっているのでしょうか。4月からは、新しい学校・新しい学年です。小学校・中学校は一生のうちでも1番、たくさんの栄養が必要な時期です。食べ物、食べてから30分もすると、自分の体の一部になります。朝・昼・晩の3回の食事をよくかんで食べて、心も体も健やかに過ごしましょう！ 🌸

*献立内容は、学校行事、物資購入などの都合により、変更することがあります。ご了承ください。
*毎日、牛乳(200ml)がつきます。