

日	曜日	予定献立 (牛乳は特別な日以外毎日つきます。)		お知らせ	エネルギー(kcal)		炭水化物(g)		
					たんぱく質(g)	脂質(g)	食塩相当量(g)		
1	金	減量スイートパン	肉うどん ひなあられ	ごぼうサラダ		エ 586	炭 83	タ 24.2	塩 2.7
						脂 19.7			
4	月	セルフ菜花丼	(炒りたまご・小松菜のおひたし) まなべ汁	はびりゅうコロッケ しんかんせんいちごクリーム大福	ほくりくしんかんせゆいぎょう 北陸新幹線開業メニュー	エ 734	炭 106	タ 26.4	塩 2.3
						脂 26.9			
5	火	ごはん	すきやき煮 くだもの(清見オレンジ)	小松菜のりずあえ	アイアン <sup>こんだて</sup> 献立	エ 605	炭 93	タ 26.7	塩 1.2
						脂 16.6			
6	水	ごはん	とりのからあげ いなか汁	チンゲンサイのナムル のりふりかけ		エ 641	炭 89	タ 29.6	塩 2.3
						脂 20.5			
7	木	ごはん	煮こみハンバーグ 野菜スープ	小松菜のおひたし お祝いデザート	6年生のみなさんが考えた給食献立です。	エ 662	炭 107	タ 25.0	塩 2.9
						脂 17.6			
8	金	きなこあげパン	ポトフ ミルク	フルーツヨーグルト	6年生のみなさんが考えた給食献立です。	エ 639	炭 99	タ 25.6	塩 2.4
						脂 20.4			
11	月	卒業式	給食はありません			エ	炭	タ	塩
						脂			
12	火	ごはん	さばのしょうが煮 大根のみそ汁	ほうれん草のおひたし	さばえわぜん 鯖江和膳	エ 622	炭 85	タ 24.4	塩 3.0
						脂 22.9			
13	水	ごはん	とり肉のさっぱり煮 白玉ふのすまし汁	ブロッコリーのごまあえ		エ 576	炭 95	タ 29.3	塩 2.4
						脂 10.8			
14	木	ごはん	県産サワラのごまだれがけ 切りほし大根とじゃがいものふくめ煮	春キャベツともやしのサラダ		エ 694	炭 100	タ 29.5	塩 1.9
						脂 21.6			
15	金	コッペパン	ささみカツ ほうれん草のチキンスープ	ミモザサラダ いちごジャム		エ 686	炭 88	タ 28.5	塩 3.4
						脂 28.1			
18	月	ごはん	ししゃものなばんづけ 春キャベツのみそ汁	小松菜と切干し大根のおひたし	は <sup>こんだて</sup> 歯っぴー献立	エ 617	炭 91	タ 23.7	塩 3.2
						脂 20.1			
19	火	ごはん	あげギョウザ かんぴょうのたまごとじ	にらともやしのあえもの いちご(とちおとめ)ジョア(プレーン味)	きゅうしょぜんこく とうぎけん 給食で全国めぐり 栃木県 ぎゅうにゅう 牛乳はありません。	エ 675	炭 104	タ 28.9	塩 2.3
						脂 18.1			
20	水	春分の日				エ	炭	タ	塩
						脂			
21	木	ごはん	ポークカレー かみかみ小魚	フルーツサラダ		エ 626	炭 102	タ 24.0	塩 2.1
						脂 17.4			

## そつぎょう ご卒業おめでとうございます



そつぎょうせい  
卒業生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。みなさんは、  
これまでの学校生活でたくさん<sup>がっこうせいかつ</sup>のことを学んできました。今後、  
自分自身で食べるものを選んだりつくったりする機会<sup>まな</sup>が増えてき  
ます。食べることを大切に<sup>たいせつ</sup>し、元気に充実した毎日を送ってくだ  
さい。

