



3月 給食予定献立表

令和6年度

葛飾商業高校・本所工科高校グループ

月	火	水	木	金	予約期日
3日	4日	5日	6日	7日	
《ひな祭り》 ちらしずし  春野菜の煮物 すまし汁 桃のヨーグルトソース 牛乳 788 32.9 kcal g	ツナトマトソース スパゲティ ポテトフレンチサラダ きのこのスープ カフェオレゼリー 732 30 kcal g	麦ごはん ミックスフライ ごまみそ和え なめこのみそ汁 牛乳 745 34.3 kcal g	ポークカレー バジルサラダ 野菜スープ フルーツ和え 牛乳 783 27.5 kcal g	《卒業式》  わかめご飯 鶏のから揚げ ごまドレサラダ 苺ミルクプリン 牛乳 831 33.8 kcal g	注意 2月14日 (金)
10日	11日	12日	13日	14日	
麦ご飯 カシ味噌 切り干し大根の卵焼き 小松菜のお浸し たぬき汁 牛乳 732 33.4 kcal g	《東北地方の郷土料理》 油麴丼 いかにんじん 八杯汁 りんご 牛乳 756 31.6 kcal g	豆腐のオイスター丼 春雨サラダ 中華コーンスープ 果物 牛乳 795 32.3 kcal g	ミルクパン 手作りりんごジャム マカロニグラタン ほうれん草のソテー ガーリックスープ 牛乳 715 27.6 kcal g	桜えびと枝豆の混ぜご飯 豆腐の小判焼き ごぼうの胡麻和え みそ汁 牛乳 726 32 kcal g	2月28日 (金)
17日	18日	19日	20日	21日	
《春の彼岸》 野菜たっぷりうどん ししゃもの磯部揚げ のりあえ 2色おはぎ 牛乳 820 36.0 kcal g	麦ごはん 【A】豆入りカレーコロッケ 【B】コーンチーズコロッケ ひじきの炒め煮 みそ汁 牛乳 811/832 30.2/31.6 kcal g	シーフードピラフ ポテトのツナコーン焼き 野菜たっぷりスープ フルーツゼリー 牛乳 784 30.1 kcal g	春分の日 	麦ごはん ミートローフ フレンチサラダ クリームスープ 牛乳 802 32.5 kcal g	3月7日 (金)
24日	25日		【栄養価基準値】	【今月の平均値】	
麦ごはん 鮭のチャンチャン焼き 五目豆 みそ汁 果物 牛乳 749 35.6 kcal g	タコライス じゃこナッツサラダ 角切り野菜スープ フルーツ和え ジョア 755 26.8 kcal g		エネルギー (kcal) 840 たんぱく質 (g) 33.6 脂質 (g) 25.2 塩分相当量 (g) 3.0	773 32.0 25.8 3.2	注意 3月7日 (金)

都合により献立内容および使用食材の変更が生じる場合があります。

《今月の給食目標》

1年間の給食をふりかえろう！

今年度も残すところ、あとひと月になりました。残りの日々を大切に、友達や先輩・後輩、先生方と一緒に、楽しい給食時間を過ごしましょう。

3月は卒業や進級に向けて1年のまとめをする時期です。

この1年間の食生活を振り返るとともに、現在・これからの自分自身の健康についても考えてみましょう。

