

令和6年



3月

学校給食予定献立表(東部)

ご卒業おめでとうございます



★活動についてはHPをご確認ください★

月		火		水		木		金		
献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	献立名	材料名	
<p>○牛乳は毎日つきます。 ○この日に、スプーンがつきます。 ○都合により献立が変更となる場合があります。 ○学校給食についての情報は苦小牧市ホームページをご覧ください。 ○魚には骨がついている場合があります。 刺さらないように取り除くなど注意して食べましょう。 ○食物アレルギーをお持ちの方は、献立名が同じでも使われている材料が違う場合がありますので、毎月献立表でご確認をお願いします。 ○小学校のみ提供されるものは、中学校のみ提供されるものは◎と記載しています。 ○今月使用している食材は苦小牧産です。 食材のコンタミネーションについては各共同調理場へお問い合わせ下さい。</p>										
4	ごはん	5	バーガーパン	6	ごはん	7	ラーメン	8	ごはん	
すまし汁 チキンみそカツ ひな祭りゼリー和え	栄養価 低 617kcal 21.7g 18.6g 1.6g 中 676kcal 23.6g 18.9g 1.8g 高 735kcal 25.1g 19.3g 2.0g 中学 855kcal 27.3g 19.8g 2.2g	コンソメスープ 卵乳不使用エビカツ パンにはさんで食べましょう 野菜炒め(キャベツ・ハム) 卵乳不使用タルタルソース	栄養価 低 558kcal 22.1g 24.2g 3.0g 中 618kcal 24.8g 25.9g 3.4g 高 720kcal 28.7g 28.3g 4.1g 中学 775kcal 30.7g 29.5g 4.3g	6	ごはん	しょうゆラーメン 揚げパオパオ(2個) 中3のみ卒業デザート お祝いイチゴケーキ	栄養価 低 581kcal 26.2g 17.9g 2.9g 中 653kcal 29.7g 18.6g 3.4g 高 668kcal 31.1g 19.2g 3.8g 中学 699kcal 32.1g 19.3g 3.9g	8	ごはん	ごま汁 さば塩焼き 小骨に気をつけて食べましょう 人参シリシリ
11	ごはん	12	スライスパン	13	ごはん	14	スパゲティ	15	ごはん	
さつまい カツオカツ ブロッコリーのごま和え	栄養価 低 598kcal 22.1g 16.7g 1.6g 中 661kcal 24.3g 17.7g 1.8g 高 723kcal 26.6g 18.4g 1.9g 中学 889kcal 30.9g 21.5g 2.2g	ニョッキのオニオンスープ 肉団子ケチャップ味(2個) ごぼうサラダ りんごジャム	栄養価 低 558kcal 21.3g 19.5g 2.9g 中 621kcal 23.7g 20.9g 3.4g 高 726kcal 27.0g 23.0g 3.8g 中学 783kcal 28.9g 24.2g 4.1g	13	ごはん	ミートスパゲティ コールスロー	栄養価 低 555kcal 22.0g 17.5g 1.8g 中 652kcal 25.5g 19.7g 2.4g 高 639kcal 27.5g 21.9g 2.8g 中学 768kcal 30.2g 23.4g 3.0g	15	ごはん	けんちん汁 さんまのうまか煮 小骨に気をつけて食べましょう 小松菜のおかかあえ
18	ごはん	19	コッペパン	中3アンケートの人気メニューが今月も登場します!		21	うどん	3月13日(水)は「冷凍みかん」がつきます 中学3年生が卒業を前に食べたいメニューとして「リクエスト給食アンケート」に書いてくれた「冷凍みかん」を提供するため、道内最大級の温度管理型冷凍冷蔵庫と急速冷凍技術を持つ苦小牧市内の会社が協力してくれました。		
ちゅうかどん 中華丼 ご飯にかけて食べましょう 春巻	栄養価 低 572kcal 19.6g 17.6g 1.7g 中 629kcal 22.0g 18.6g 2.0g 高 688kcal 24.2g 19.6g 2.2g 中学 842kcal 27.5g 23.0g 2.4g	チキンとマカロニのクリーム煮 国産鶏豚ハンバーグ アップゼリーのフルーツ和え マイティソース	栄養価 低 615kcal 28.9g 23.5g 2.6g 中 701kcal 32.6g 25.7g 3.0g 高 828kcal 37.4g 28.5g 3.5g 中学 891kcal 40.1g 29.7g 3.7g	中3アンケートの人気メニューが今月も登場します! 2月献立表・栄養だよりで中学3年生対象の給食アンケートより、人気の高いメニューを紹介・提供しました。今月2月に提供できなかったリクエストの多いメニューを8品提供します!久しぶりに登場するメニューもあるので、お楽しみに!		21	うどん	3月13日(水)は「冷凍みかん」がつきます 中学3年生が卒業を前に食べたいメニューとして「リクエスト給食アンケート」に書いてくれた「冷凍みかん」を提供するため、道内最大級の温度管理型冷凍冷蔵庫と急速冷凍技術を持つ苦小牧市内の会社が協力してくれました。		
<p>ひな祭り ひな祭りは、季節の花にちなんで「桃の節句」ともいいます。 桃の花やひな人形を飾り、さまざまな願いを込めた料理やお菓子を食べて厄を払います。</p> <p>3月4日(月)に桜の形の生ふがに入った「すまし汁」、カラフルなゼリーでひしもちをイメージした「ひな祭りゼリー和え」を提供します。</p>										
<p>日ごろの食生活を振り返ろう! 寒い日が続きますが、日に日に春らしさを感じる陽気になってきました。早いもので、今の学年で過ごす日も残りわずかです。この1年間の給食時間を振り返ってみると、準備や後片付けがスムーズにできるようになったり、苦手だった物が食べられるようになったり、時間内に食べ終われるようになったりと、一人ひとりが大きく成長できたのではないのでしょうか。日ごろの食生活についても、各自で振り返ってみましょう。</p>										
<p>夜間窓口を開設しております 3月は15日・25日です 17:00~20:00まで 支払い・相談に月2回の夜間窓口をご利用ください</p>										

ひな祭り
行事食

ちゅうかどん
中華丼
ご飯にかけて食べましょう
春巻

日ごろの食生活を振り返ろう!

寒い日が続きますが、日に日に春らしさを感じる陽気になってきました。早いもので、今の学年で過ごす日も残りわずかです。この1年間の給食時間を振り返ってみると、準備や後片付けがスムーズにできるようになったり、苦手だった物が食べられるようになったり、時間内に食べ終われるようになったりと、一人ひとりが大きく成長できたのではないのでしょうか。日ごろの食生活についても、各自で振り返ってみましょう。

3月13日(水)は「冷凍みかん」がつきます
中学3年生が卒業を前に食べたいメニューとして「リクエスト給食アンケート」に書いてくれた「冷凍みかん」を提供するため、道内最大級の温度管理型冷凍冷蔵庫と急速冷凍技術を持つ苦小牧市内の会社が協力してくれました。

夜間窓口を開設しております
3月は15日・25日です 17:00~20:00まで
支払い・相談に月2回の夜間窓口をご利用ください

口座振替の利用をお願いします
口座からの引き落としは年度途中からでも可能です。自動的に口座から引き落とされますので便利です。納付書で給食費を納めている方は、領収書を5年間保管してください。

第1学校給食共同調理場
第2学校給食共同調理場

苦小牧市柳町1丁目3-5 電話 (0144) 57-5881
苦小牧市美原町3丁目9-10 電話 (0144) 67-1815