



3がつよていこんだてひょう



舟橋村立舟橋小学校

	主食	牛乳	こんだて	使用している食品					
				〔赤〕血や肉や骨をつくる		〔緑〕体の調子を整える		〔黄〕熱や力になる	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群
3月	ちらしずし	○	きんしたまご こーんあえ みるくすーぷ  ひな祭り 献立 さんしよくはなざりー	うすあげ たまご みそ かまぼこ とうにゅう ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	たけのこ しょうが もも ほししいたけ とうもろこし りんご れんこん だいこん きゃべつ	ごはん さとう こんにやく じゃがいも	あぶら
4火	5年校外学習 ごはん	○	さばのみそに いそあえ かきたまじる	とうふ たまご さば みそ	ぎゅうにゅう のり	にんじん こまつな	えのきだけ ねぎ きゃべつ もやし	ごはん さとう でんぷん	
5水	ごはん	○	とんかつのあまからに ゆかりあえ みそしる	うすあげ みそ ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん こまつな あかじそ	だいこん きゅうり きゃべつ	ごはん さとう こむぎこ ばんこ みずあめ	あぶら
6木	ふいふい	○	さけのたつたあげ れたすさらだ かぼちゃすーぷ  3年生オリジナル 給食 みにとまと	みそ さけ	ぎゅうにゅう なまクリーム だっしふんにゅう	にんじん かぼちゃ みにとまと ふりるれたす	たまねぎ しょうが きゅうり	ごはん さとう じゃがいも でんぷん こむぎこ	あぶら らーど
7金	ごはん	○	ふらいびーんず こりこりあえ ちゃんこなべ	うすあげ かまぼこ だいす やきとうふ とりにく	ぎゅうにゅう	みすな にんじん	はなびらたけ たまねぎ はくさい きゅうり だいこん えのきだけ ねぎ	ごはん さとう こんにやく でんぷん ばんこ ごまあぶら	あぶら らーど ごまあぶら
10月	あげぱん	○	とりのてりやき びーんずさらだ こーんぼたーじゅ	きなこ しろいんげんまめ とりにく	ぎゅうにゅう	ばせり にんじん	たまねぎ とうもろこし きゅうり きゃべつ	ばん さとう こむぎこ みずあめ	あぶら ごま らーど
11火	ごはん	○	いわしのうめに びーふんそてー みそしる	あつあげ みそ ぶたにく	ぎゅうにゅう いわし	にんじん にら	だいこん しょうが ねぎ きゃべつ うめ もやし きくらげ	ごはん さとう びーふん でんぷん	あぶら
12水	ごはん	○	さわらのみそやき ひじきあえ にくじゃが	ぶたにく さわら みそ	ぎゅうにゅう ひじき	にんじん さやいんげん こまつな	たまねぎ きゃべつ	ごはん さとう こんにやく じゃがいも	あぶら
13木	せきはん	○	えびふらい こんぶあえ すましじる  卒業お祝い 献立 いちこのおいわいけーき	あすき たまご とりにく とうふ えび	ぎゅうにゅう こんぶ なまくりーむ	にんじん こまつな	えのきだけ はくさい もやし いちご	ごはん もちごめ こむぎこ ばんこ でんぷん さとう みずあめ	ごま あぶら
14金	ごはん	○	あげざかなのれもんあじ おひたし おやこに	とりにく あつあげ たまご ほき	ぎゅうにゅう	にんじん ほうれんそう	たまねぎ きゃべつ ほししいたけ レモン もやし	ごはん さとう こんにやく でんぷん じゃがいも	あぶら
17月	げんまい いりごはん	○	かれーらいす だいこんさらだ ふるーつよーぐると	ぶたにく	ぎゅうにゅう ちーず よーぐると	にんじん こまつな ぶろっこりー	にんにく しょうが みかん たまねぎ きゅうり ばいなっぶる だいこん ぶどう	ごはん さとう げんまい みずあめ じゃがいも	あぶら ごまあぶら
18火			そつぎょうしき						
19水	ごはん	○	やきぎょうざ ゆでぶろっこりー はっぼうさい	ぶたにく とりにく いか	ぎゅうにゅう	びーまん ぶろっこりー にら	しょうが きゃべつ たまねぎ たけのこ ほししいたけ	ごはん でんぷん こむぎこ	あぶら らーど
20木			しゅんぶんのひ						
21金	こっぺぱん	○	はむかつ いたりあんさらだ くりーむしちゅー	ベーこん はむ	ぎゅうにゅう なまくりーむ だっしふんにゅう	にんじん ばぶりか ぶろっこりー ふりるれたす	たまねぎ きゃべつ	ばん さとう じゃがいも ばんこ こむぎこ でんぷん	あぶら どれっしんぐ

※ 学校の行事等や作物の収穫状況によってこんだてを変更することがありますのでご了承ください。