

平成31年 3月の予定献立表



城辺学校給食共同調理場
電話番号 0980-77-8488

※食物アレルギーのある方は、給食を食べる前に内容を必ず確認しましょう。
家庭・学級においても毎日、確認してください。
※アレルギー除去食対象メニュー(卵・エビ・カニ)には◎印がついています。

食品群	体内でのたらしき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働き力や体温とる
緑の食品	体の調子をとのえる

学校給食 栄養基準		E=エネルギー	P=タンパク	F=脂質
		小学 650 kcl	21.1~32.5 g	14.4~21.7 g
	中学	830 kcl	27.0~41.5 g	18.4~27.7 g

こ ん だ て	<h2>桃の節句</h2> <p>3月3日は、「桃の節句」とも「上巳の節句」とも呼ばれ、女の子の健やかな成長と幸せを願う日です。ひな人形を飾る風習は、室町時代頃に始まり、一般的に広まったのは、明治時代以降と言われています。それまでは厄をはらうための紙の人形でした。</p> <p>島の駅みやこに納品している「みやこココ牧場」より、宮古の子ども達に卵を食べて欲しいという想いから「げんき卵」を8kgいただくことになりました。3/15(金)のかきたま汁に使用します。</p> <p>皆さん、お楽しみに~(*^_^*)</p>			<p>1(金) ひなまつり献立</p> <p>◎ちらしずし あさりのすまし汁 ちくわのいそび揚げ かぼちゃとそぼろの煮物 ひなあられ 牛乳</p> <p>3月3日は女の子の健やかな成長と幸せを願う日です。桃の節句ともいいます。</p>	
	あ か き みどり	<p>牛乳、オーシャンキング、たまご、あさりちくわ、青のり、ひじき 精白米、きびあまとう、ごま、こむぎこサラダ油、ひなあられ きゅうり、とうがん、えのきたけ、福神漬、かいわれ大根、かぼちゃ、にんじん、さやえんどう</p> <p>E: 572 --- P: 25.4 --- F: 15.3 E: 816 --- P: 30.4 --- F: 17.3</p>			
こ ん だ て	4(月)	5(火)	6(水) 高校入試~7日	7(木)	8(金) 中学生卒業祝い献立
	あ か き みどり	あ か き みどり	あ か き みどり	あ か き みどり	あ か き みどり
こ ん だ て	みそカツ丼 青菜スープ チーズ大福 牛乳	揚げパン チキンのトマト煮 ブロッコリーサラダ フルーツ白玉 牛乳	麦ごはん もずくのすまし汁 野菜チャンプルー ミーバイフライ グレープフルーツ 牛乳	五穀米入りごはん かぼちゃのみそ汁 いわし梅煮 白菜のおひたし ネーブル 牛乳	◎ピンパン わかめスープ りんご(小学校) お祝いケーキ(中学校) 牛乳
	牛乳、ローストンカツ、赤みそ	牛乳、きなこ、とりにく、大豆	牛乳、もずく、うすあげ、とうふ、ぶたにく、ミーバイフライ、糸げずり	牛乳、わかめ、まよみそ、いわし梅煮、糸げずり	牛乳、たまご、きゅうり、赤みそ、わかめ
こ ん だ て	精白米、むぎ、サラダ油、きびあまとう、でんぶん、ごま、チーズ大福	コッペパン、サラダ油、三温糖、こむぎこ黒糖、アーモンド、じゃがいも、白玉団子、マーガリン、ドレッシング	精白米、むぎ、サラダ油	精白米、五穀米、ごま油	精白米、むぎ、きびあまとう、ごま油、ごま、お祝いケーキ
	牛乳、ローストンカツ、赤みそ	牛乳、きなこ、とりにく、大豆	牛乳、もずく、うすあげ、とうふ、ぶたにく、ミーバイフライ、糸げずり	牛乳、わかめ、まよみそ、いわし梅煮、糸げずり	牛乳、たまご、きゅうり、赤みそ、わかめ
こ ん だ て	キャベツ、たまねぎ、にんじん、こまつなごんにやく、ほうれんそう、はくさい、にんじんにく、えのきたけ	たまねぎ、にんじん、セロリ、トマト、さくらばマッシュルーム、いんげん、コーン、もも、パン洋芋、トマト、みか、アロエ、なし、ぶどう	ねぎ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、にんにくの芽、しょうが、グレープフルーツ	かぼちゃ、たまねぎ、長ねぎ、はくさい、ほうれんそう、ネーブル	もやし、ほうれんそう、にんじん、長ねぎ、だいこん、えのきたけ、りんご
	牛乳、ローストンカツ、赤みそ	牛乳、きなこ、とりにく、大豆	牛乳、もずく、うすあげ、とうふ、ぶたにく、ミーバイフライ、糸げずり	牛乳、わかめ、まよみそ、いわし梅煮、糸げずり	牛乳、たまご、きゅうり、赤みそ、わかめ
こ ん だ て	クリームスパゲティ ミネストローネ ツナサラダ ネーブル 牛乳	麦ごはん 切り干し大根のみそ汁 さばのしょうが煮 ひじきサラダ 納豆 牛乳	中華風おこわ 春雨スープ キムチ和え コーン焼売 グレープフルーツ 牛乳	きびごはん さかな汁 からし菜炒め ◎サタバシン 牛乳	麦ごはん ◎かきたま汁 チーズおから 味付のり りんご(城小以外) フルーツムース(城小) 牛乳
	牛乳、とりにく、ベーコン、ウインナー、雑穀ミックス、ツナ	牛乳、あつあげ、まよみそ、さば、ひじきなっとう	牛乳、ぶたにく、ホタテ、とうふ、ちくわ、コーン焼売	牛乳、タマン、宮古みそ、ぶたにく、あつあげ、たまご、糸げずり	牛乳、たまご、とうふ、とりにく、おから、チーズ、のり
こ ん だ て	スパゲティ、白豆、マーガリン、マカロニ、こむぎこ、サラダ油、赤ワイトルウ、じゃがいも、ドレッシング、たまごなしマヨネーズ、きびあまとう	精白米、むぎ、きびあまとう、ドレッシング	精白米、もち米、ごま油、きびあまとう、はるさめ	精白米、もちきび、サラダ油、こむぎこグラニュー糖	精白米、むぎ、でんぶん、きびあまとう、サラダ油、フルーツムース
	牛乳、とりにく、ベーコン、ウインナー、雑穀ミックス、ツナ	牛乳、あつあげ、まよみそ、さば、ひじきなっとう	牛乳、ぶたにく、ホタテ、とうふ、ちくわ、コーン焼売	牛乳、タマン、宮古みそ、ぶたにく、あつあげ、たまご、糸げずり	牛乳、たまご、とうふ、とりにく、おから、チーズ、のり
こ ん だ て	たまねぎ、にんじん、セロリ、えだ豆、パセリ、はくさい、トマト、キャベツ、にんにく、きゅうり、ネーブル	切り干し大根、キャベツ、しめじ、ねぎ、しょうが、きゅうり、コーン、にんじん	たけのこ、にんじん、白菜キムチ、きくらげ、チンゲンサイ、しめじ、はくさい、きゅうり、えだ豆、しいたけ、グレープフルーツ	とうがん、かいわれ大根、からしなキャベツ、にんじん、しょうが	えのきたけ、にら、にんじん、たまねぎ、ねぎ、りんご
	牛乳、とりにく、ベーコン、ウインナー、雑穀ミックス、ツナ	牛乳、あつあげ、まよみそ、さば、ひじきなっとう	牛乳、ぶたにく、ホタテ、とうふ、ちくわ、コーン焼売	牛乳、タマン、宮古みそ、ぶたにく、あつあげ、たまご、糸げずり	牛乳、たまご、とうふ、とりにく、おから、チーズ、のり
こ ん だ て	もずく雑炊 大根イリチー ◎羊天ぷら バナナ(西小以外) フルーツムース(西小) 牛乳	19(火) 食育の日 コッペパン 白花豆のポタージュ チキンとポテのハンニーマスタードソー ブルーベリージャム ネーブル(砂・福小以外) フルーツムース(砂・福小) 牛乳	20(水) 麦ごはん 油揚げとたまねぎのすまし汁 小松菜のごま和え あじフライ りんご 牛乳	しゅんぶん ひ 春分の日	22(金) 修了式 麦ごはん チキンカレー キャベツのアーモンド和え ネーブル 牛乳
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー
こ ん だ て	精白米、サラダ油、べにいも、こむぎこ、フルーツムース	コッペパン、じゃがいも、白花豆、はちみつ、ジャム、こむぎこ、マーガリン、サラダ油、バター、38-71-1	精白米、むぎ、ごま、ごま油、サラダ油	精白米、むぎ、じゃがいも、サラダ油、きびあまとう、こむぎこ、マヨネーズ、アーモンド、カレー粉	精白米、むぎ、じゃがいも、サラダ油、きびあまとう、こむぎこ、マヨネーズ、アーモンド、カレー粉
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー
こ ん だ て	にんじん、こまつな、だいこん、からしな、バナナ	にんじん、たまねぎ、いんげん、ブロッコリー、コーン、ネーブル	たまねぎ、えのきたけ、こまつな、はくさい、にんじん、りんご	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、キャベツ、りんご、ほうれんそう、もやし、にんにく、ネーブル	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、キャベツ、りんご、ほうれんそう、もやし、にんにく、ネーブル
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー
こ ん だ て	18(月)	19(火) 食育の日	20(水)	22(金) 修了式	
	あ か き みどり	あ か き みどり	あ か き みどり	あ か き みどり	
こ ん だ て	もずく雑炊 大根イリチー ◎羊天ぷら バナナ(西小以外) フルーツムース(西小) 牛乳	19(火) 食育の日 コッペパン 白花豆のポタージュ チキンとポテのハンニーマスタードソー ブルーベリージャム ネーブル(砂・福小以外) フルーツムース(砂・福小) 牛乳	20(水) 麦ごはん 油揚げとたまねぎのすまし汁 小松菜のごま和え あじフライ りんご 牛乳	22(金) 修了式 麦ごはん チキンカレー キャベツのアーモンド和え ネーブル 牛乳	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	精白米、サラダ油、べにいも、こむぎこ、フルーツムース	コッペパン、じゃがいも、白花豆、はちみつ、ジャム、こむぎこ、マーガリン、サラダ油、バター、38-71-1	精白米、むぎ、ごま、ごま油、サラダ油	精白米、むぎ、じゃがいも、サラダ油、きびあまとう、こむぎこ、マヨネーズ、アーモンド、カレー粉	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	にんじん、こまつな、だいこん、からしな、バナナ	にんじん、たまねぎ、いんげん、ブロッコリー、コーン、ネーブル	たまねぎ、えのきたけ、こまつな、はくさい、にんじん、りんご	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、キャベツ、りんご、ほうれんそう、もやし、にんにく、ネーブル	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	★☆リクエスト給食★	(主食の部)	(おかずの部)	(デザート部)	
	みなさんの思い出に残っている給食は何ですか?先月に引き続き、中学3年生のリクエスト給食を取り入れています。学校で食べた給食が楽しい思い出として心に残っていると嬉しいです。最後まで友だちや先生と楽しい給食時間を過ごしてくださいね。	砂川中 <1位> 揚げパン <2位> ゆかりご飯 <3位> 宮古そば	グルクンの唐揚げ 肉じゃが 鶏肉の照り焼き	ケーキ チーズ大福 フルーツ白玉	1日...砂川小、福嶺小欠食 6・7日...中学3年生欠食 8日...西城小欠食 11日...全中学校欠食 12~22日...中学3年生欠食(卒業のため) 18日...城辺小欠食 19日...西・城小6年生欠食 20日...福嶺小欠食 西・城・砂小6年生欠食 22日...全小学6年生欠食
こ ん だ て	精白米、サラダ油、べにいも、こむぎこ、フルーツムース	コッペパン、じゃがいも、白花豆、はちみつ、ジャム、こむぎこ、マーガリン、サラダ油、バター、38-71-1	精白米、むぎ、ごま、ごま油、サラダ油	精白米、むぎ、じゃがいも、サラダ油、きびあまとう、こむぎこ、マヨネーズ、アーモンド、カレー粉	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	にんじん、こまつな、だいこん、からしな、バナナ	にんじん、たまねぎ、いんげん、ブロッコリー、コーン、ネーブル	たまねぎ、えのきたけ、こまつな、はくさい、にんじん、りんご	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、キャベツ、りんご、ほうれんそう、もやし、にんにく、ネーブル	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	★☆リクエスト給食★	(主食の部)	(おかずの部)	(デザート部)	
	みなさんの思い出に残っている給食は何ですか?先月に引き続き、中学3年生のリクエスト給食を取り入れています。学校で食べた給食が楽しい思い出として心に残っていると嬉しいです。最後まで友だちや先生と楽しい給食時間を過ごしてくださいね。	砂川中 <1位> 揚げパン <2位> ゆかりご飯 <3位> 宮古そば	グルクンの唐揚げ 肉じゃが 鶏肉の照り焼き	ケーキ チーズ大福 フルーツ白玉	1日...砂川小、福嶺小欠食 6・7日...中学3年生欠食 8日...西城小欠食 11日...全中学校欠食 12~22日...中学3年生欠食(卒業のため) 18日...城辺小欠食 19日...西・城小6年生欠食 20日...福嶺小欠食 西・城・砂小6年生欠食 22日...全小学6年生欠食
こ ん だ て	精白米、サラダ油、べにいも、こむぎこ、フルーツムース	コッペパン、じゃがいも、白花豆、はちみつ、ジャム、こむぎこ、マーガリン、サラダ油、バター、38-71-1	精白米、むぎ、ごま、ごま油、サラダ油	精白米、むぎ、じゃがいも、サラダ油、きびあまとう、こむぎこ、マヨネーズ、アーモンド、カレー粉	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	にんじん、こまつな、だいこん、からしな、バナナ	にんじん、たまねぎ、いんげん、ブロッコリー、コーン、ネーブル	たまねぎ、えのきたけ、こまつな、はくさい、にんじん、りんご	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、キャベツ、りんご、ほうれんそう、もやし、にんにく、ネーブル	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	★☆リクエスト給食★	(主食の部)	(おかずの部)	(デザート部)	
	みなさんの思い出に残っている給食は何ですか?先月に引き続き、中学3年生のリクエスト給食を取り入れています。学校で食べた給食が楽しい思い出として心に残っていると嬉しいです。最後まで友だちや先生と楽しい給食時間を過ごしてくださいね。	砂川中 <1位> 揚げパン <2位> ゆかりご飯 <3位> 宮古そば	グルクンの唐揚げ 肉じゃが 鶏肉の照り焼き	ケーキ チーズ大福 フルーツ白玉	1日...砂川小、福嶺小欠食 6・7日...中学3年生欠食 8日...西城小欠食 11日...全中学校欠食 12~22日...中学3年生欠食(卒業のため) 18日...城辺小欠食 19日...西・城小6年生欠食 20日...福嶺小欠食 西・城・砂小6年生欠食 22日...全小学6年生欠食
こ ん だ て	精白米、サラダ油、べにいも、こむぎこ、フルーツムース	コッペパン、じゃがいも、白花豆、はちみつ、ジャム、こむぎこ、マーガリン、サラダ油、バター、38-71-1	精白米、むぎ、ごま、ごま油、サラダ油	精白米、むぎ、じゃがいも、サラダ油、きびあまとう、こむぎこ、マヨネーズ、アーモンド、カレー粉	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	にんじん、こまつな、だいこん、からしな、バナナ	にんじん、たまねぎ、いんげん、ブロッコリー、コーン、ネーブル	たまねぎ、えのきたけ、こまつな、はくさい、にんじん、りんご	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、キャベツ、りんご、ほうれんそう、もやし、にんにく、ネーブル	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	★☆リクエスト給食★	(主食の部)	(おかずの部)	(デザート部)	
	みなさんの思い出に残っている給食は何ですか?先月に引き続き、中学3年生のリクエスト給食を取り入れています。学校で食べた給食が楽しい思い出として心に残っていると嬉しいです。最後まで友だちや先生と楽しい給食時間を過ごしてくださいね。	砂川中 <1位> 揚げパン <2位> ゆかりご飯 <3位> 宮古そば	グルクンの唐揚げ 肉じゃが 鶏肉の照り焼き	ケーキ チーズ大福 フルーツ白玉	1日...砂川小、福嶺小欠食 6・7日...中学3年生欠食 8日...西城小欠食 11日...全中学校欠食 12~22日...中学3年生欠食(卒業のため) 18日...城辺小欠食 19日...西・城小6年生欠食 20日...福嶺小欠食 西・城・砂小6年生欠食 22日...全小学6年生欠食
こ ん だ て	精白米、サラダ油、べにいも、こむぎこ、フルーツムース	コッペパン、じゃがいも、白花豆、はちみつ、ジャム、こむぎこ、マーガリン、サラダ油、バター、38-71-1	精白米、むぎ、ごま、ごま油、サラダ油	精白米、むぎ、じゃがいも、サラダ油、きびあまとう、こむぎこ、マヨネーズ、アーモンド、カレー粉	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	にんじん、こまつな、だいこん、からしな、バナナ	にんじん、たまねぎ、いんげん、ブロッコリー、コーン、ネーブル	たまねぎ、えのきたけ、こまつな、はくさい、にんじん、りんご	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、キャベツ、りんご、ほうれんそう、もやし、にんにく、ネーブル	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	★☆リクエスト給食★	(主食の部)	(おかずの部)	(デザート部)	
	みなさんの思い出に残っている給食は何ですか?先月に引き続き、中学3年生のリクエスト給食を取り入れています。学校で食べた給食が楽しい思い出として心に残っていると嬉しいです。最後まで友だちや先生と楽しい給食時間を過ごしてくださいね。	砂川中 <1位> 揚げパン <2位> ゆかりご飯 <3位> 宮古そば	グルクンの唐揚げ 肉じゃが 鶏肉の照り焼き	ケーキ チーズ大福 フルーツ白玉	1日...砂川小、福嶺小欠食 6・7日...中学3年生欠食 8日...西城小欠食 11日...全中学校欠食 12~22日...中学3年生欠食(卒業のため) 18日...城辺小欠食 19日...西・城小6年生欠食 20日...福嶺小欠食 西・城・砂小6年生欠食 22日...全小学6年生欠食
こ ん だ て	精白米、サラダ油、べにいも、こむぎこ、フルーツムース	コッペパン、じゃがいも、白花豆、はちみつ、ジャム、こむぎこ、マーガリン、サラダ油、バター、38-71-1	精白米、むぎ、ごま、ごま油、サラダ油	精白米、むぎ、じゃがいも、サラダ油、きびあまとう、こむぎこ、マヨネーズ、アーモンド、カレー粉	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	にんじん、こまつな、だいこん、からしな、バナナ	にんじん、たまねぎ、いんげん、ブロッコリー、コーン、ネーブル	たまねぎ、えのきたけ、こまつな、はくさい、にんじん、りんご	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、キャベツ、りんご、ほうれんそう、もやし、にんにく、ネーブル	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	★☆リクエスト給食★	(主食の部)	(おかずの部)	(デザート部)	
	みなさんの思い出に残っている給食は何ですか?先月に引き続き、中学3年生のリクエスト給食を取り入れています。学校で食べた給食が楽しい思い出として心に残っていると嬉しいです。最後まで友だちや先生と楽しい給食時間を過ごしてくださいね。	砂川中 <1位> 揚げパン <2位> ゆかりご飯 <3位> 宮古そば	グルクンの唐揚げ 肉じゃが 鶏肉の照り焼き	ケーキ チーズ大福 フルーツ白玉	1日...砂川小、福嶺小欠食 6・7日...中学3年生欠食 8日...西城小欠食 11日...全中学校欠食 12~22日...中学3年生欠食(卒業のため) 18日...城辺小欠食 19日...西・城小6年生欠食 20日...福嶺小欠食 西・城・砂小6年生欠食 22日...全小学6年生欠食
こ ん だ て	精白米、サラダ油、べにいも、こむぎこ、フルーツムース	コッペパン、じゃがいも、白花豆、はちみつ、ジャム、こむぎこ、マーガリン、サラダ油、バター、38-71-1	精白米、むぎ、ごま、ごま油、サラダ油	精白米、むぎ、じゃがいも、サラダ油、きびあまとう、こむぎこ、マヨネーズ、アーモンド、カレー粉	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	にんじん、こまつな、だいこん、からしな、バナナ	にんじん、たまねぎ、いんげん、ブロッコリー、コーン、ネーブル	たまねぎ、えのきたけ、こまつな、はくさい、にんじん、りんご	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、キャベツ、りんご、ほうれんそう、もやし、にんにく、ネーブル	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	★☆リクエスト給食★	(主食の部)	(おかずの部)	(デザート部)	
	みなさんの思い出に残っている給食は何ですか?先月に引き続き、中学3年生のリクエスト給食を取り入れています。学校で食べた給食が楽しい思い出として心に残っていると嬉しいです。最後まで友だちや先生と楽しい給食時間を過ごしてくださいね。	砂川中 <1位> 揚げパン <2位> ゆかりご飯 <3位> 宮古そば	グルクンの唐揚げ 肉じゃが 鶏肉の照り焼き	ケーキ チーズ大福 フルーツ白玉	1日...砂川小、福嶺小欠食 6・7日...中学3年生欠食 8日...西城小欠食 11日...全中学校欠食 12~22日...中学3年生欠食(卒業のため) 18日...城辺小欠食 19日...西・城小6年生欠食 20日...福嶺小欠食 西・城・砂小6年生欠食 22日...全小学6年生欠食
こ ん だ て	精白米、サラダ油、べにいも、こむぎこ、フルーツムース	コッペパン、じゃがいも、白花豆、はちみつ、ジャム、こむぎこ、マーガリン、サラダ油、バター、38-71-1	精白米、むぎ、ごま、ごま油、サラダ油	精白米、むぎ、じゃがいも、サラダ油、きびあまとう、こむぎこ、マヨネーズ、アーモンド、カレー粉	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	にんじん、こまつな、だいこん、からしな、バナナ	にんじん、たまねぎ、いんげん、ブロッコリー、コーン、ネーブル	たまねぎ、えのきたけ、こまつな、はくさい、にんじん、りんご	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、キャベツ、りんご、ほうれんそう、もやし、にんにく、ネーブル	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	★☆リクエスト給食★	(主食の部)	(おかずの部)	(デザート部)	
	みなさんの思い出に残っている給食は何ですか?先月に引き続き、中学3年生のリクエスト給食を取り入れています。学校で食べた給食が楽しい思い出として心に残っていると嬉しいです。最後まで友だちや先生と楽しい給食時間を過ごしてくださいね。	砂川中 <1位> 揚げパン <2位> ゆかりご飯 <3位> 宮古そば	グルクンの唐揚げ 肉じゃが 鶏肉の照り焼き	ケーキ チーズ大福 フルーツ白玉	1日...砂川小、福嶺小欠食 6・7日...中学3年生欠食 8日...西城小欠食 11日...全中学校欠食 12~22日...中学3年生欠食(卒業のため) 18日...城辺小欠食 19日...西・城小6年生欠食 20日...福嶺小欠食 西・城・砂小6年生欠食 22日...全小学6年生欠食
こ ん だ て	精白米、サラダ油、べにいも、こむぎこ、フルーツムース	コッペパン、じゃがいも、白花豆、はちみつ、ジャム、こむぎこ、マーガリン、サラダ油、バター、38-71-1	精白米、むぎ、ごま、ごま油、サラダ油	精白米、むぎ、じゃがいも、サラダ油、きびあまとう、こむぎこ、マヨネーズ、アーモンド、カレー粉	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	にんじん、こまつな、だいこん、からしな、バナナ	にんじん、たまねぎ、いんげん、ブロッコリー、コーン、ネーブル	たまねぎ、えのきたけ、こまつな、はくさい、にんじん、りんご	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、キャベツ、りんご、ほうれんそう、もやし、にんにく、ネーブル	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	★☆リクエスト給食★	(主食の部)	(おかずの部)	(デザート部)	
	みなさんの思い出に残っている給食は何ですか?先月に引き続き、中学3年生のリクエスト給食を取り入れています。学校で食べた給食が楽しい思い出として心に残っていると嬉しいです。最後まで友だちや先生と楽しい給食時間を過ごしてくださいね。	砂川中 <1位> 揚げパン <2位> ゆかりご飯 <3位> 宮古そば	グルクンの唐揚げ 肉じゃが 鶏肉の照り焼き	ケーキ チーズ大福 フルーツ白玉	1日...砂川小、福嶺小欠食 6・7日...中学3年生欠食 8日...西城小欠食 11日...全中学校欠食 12~22日...中学3年生欠食(卒業のため) 18日...城辺小欠食 19日...西・城小6年生欠食 20日...福嶺小欠食 西・城・砂小6年生欠食 22日...全小学6年生欠食
こ ん だ て	精白米、サラダ油、べにいも、こむぎこ、フルーツムース	コッペパン、じゃがいも、白花豆、はちみつ、ジャム、こむぎこ、マーガリン、サラダ油、バター、38-71-1	精白米、むぎ、ごま、ごま油、サラダ油	精白米、むぎ、じゃがいも、サラダ油、きびあまとう、こむぎこ、マヨネーズ、アーモンド、カレー粉	
	牛乳、ぶたにく、もずく、かまぼこ、たまご	牛乳、とりにく	牛乳、あぶらあげ、あじフライ	牛乳、とりにく、大豆、生クリーム、トリレバー	
こ ん だ て	にんじん、こまつな、だいこん、からしな、バナナ	にんじん、たまねぎ、いんげん、ブロッコリー、コーン、ネーブル	たまねぎ、えのきたけ、こまつな、はくさい、にんじん、りんご	たまねぎ、にんじん、かぼちゃ、キャベツ、りん	