

令和7年度

3月 予定献立表

～ 3月の給食目標 「1年を振り返ろう」 ～

寒さが少し和らぎ、待ちに待った暖かい春はすぐそこまできています。さて、今年度も残りわずかとなりました。みなさんは1年間、給食を通してさまざまなことを学んできました。給食が栄養になって体も心も大きく成長していることでしょう。

3月はそんな1年をふり振り返り、できるようになったことや、これからがんばりたいことを考えてみましょう。



※献立は入荷の都合により、変更することがあります。ご了承ください。

伊達高等養護学校

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2	3	4	5	6 卒業式
<ul style="list-style-type: none"> ごはん 呉汁 魚の生姜焼き 磯マヨネーズ和え 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 豚丼 だいこんとじゃがいものみそ汁 ひじきのおひたし 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> みそラーメン 揚げ餃子 いちごヨーグルト 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん つみれ汁 鶏の塩から揚げ ゆかり和え プリンタルト 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> バターロール チョコクリーム ポトフ 白身魚のフライ フレンチサラダ 牛乳
エネルギー：845kcal たんぱく質：39.9g 脂質：30.9g 塩分：2.8g	エネルギー：740kcal たんぱく質：31.8g 脂質：17.7g 塩分：3.0g	エネルギー：715kcal たんぱく質：31.4g 脂質：26.7g 塩分：5.1g	エネルギー：867kcal たんぱく質：36.9g 脂質：28.5g 塩分：4.2g	エネルギー：714kcal たんぱく質：24.1g 脂質：33.0g 塩分：3.9g
9	10	11	12	13
<ul style="list-style-type: none"> 親子丼 じゃがいもときぬさやのみそ汁 なめ苺和え 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん キャベツとほうれんそうのみそ汁 厚揚げのみそ煮 ボン酢和え 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 山菜肉うどん 鶏天 デザート 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん みぞれ汁 照り焼きチキン おひたし 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏ごぼうピラフ オニオンスープ コーンクリームサラダ 牛乳
エネルギー：679kcal たんぱく質：29.3g 脂質：15.4g 塩分：2.9g	エネルギー：743kcal たんぱく質：30.6g 脂質：22.0g 塩分：2.8g	エネルギー：965kcal たんぱく質：45.1g 脂質：29.8g 塩分：7.7g	エネルギー：755kcal たんぱく質：38.2g 脂質：23.3g 塩分：3.2g	エネルギー：702kcal たんぱく質：24.0g 脂質：21.9g 塩分：3.3g
16	17	18	19	20 春分の日
<ul style="list-style-type: none"> ごはん わかめスープ ブルコギ 中華サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> きんぴら丼 たまねぎと油揚げのみそ汁 ごま和え 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 醤油ラーメン ちくわの磯辺揚げ デザート 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> 焼き豚チャーハン トッポギ入りわかめスープ バンバンジーサラダ 牛乳 	
エネルギー：669kcal たんぱく質：25.2g 脂質：18.5g 塩分：3.6g	エネルギー：756kcal たんぱく質：29.3g 脂質：21.5g 塩分：2.4g	エネルギー：795kcal たんぱく質：33.9g 脂質：29.0g 塩分：7.7g	エネルギー：721kcal たんぱく質：28.0g 脂質：22.8g 塩分：4.5g	
23	24 終了式・離任式			
<ul style="list-style-type: none"> ごはん みそ汁 魚のごまザンギ ボン酢和え 牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ビーフカレー 野菜スープ ごまドレサラダ 牛乳 			
エネルギー：742kcal たんぱく質：36.3g 脂質：22.0g 塩分：1.7g	エネルギー：906kcal たんぱく質：29.5g 脂質：30.7g 塩分：3.2g			