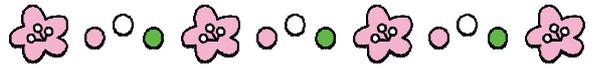


# 3

## よていこんだてひょう



2026

こんげつのもくひょう：たべものにかんしゃしてたべよう

きょうわとくべつしえんがっこう

月	げつ	火	か	水	すい	木	もく	金	きん
2	3	4	5	6					
ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 ぼう 棒ぎょうざ きりぼしだいこん 切千大根の炒め物 たらつみれのスープ 700kcal   3g		ごはん まっちゃ 抹茶ふりかけ ぎゅうにゅう 牛乳 ちくさや 千草焼き ちくぜんに 筑前煮 ゆばのすまし汁 さんしよく 三色ゼリー 670kcal   2.1g		いわ お祝い ごんたて 献立 こだいまい 古代米の赤飯 ぎゅうにゅう 牛乳 さわらのあげ煮 こまつな 小松菜の煮びたし とんじり 豚汁 チョコケーキ 834kcal   2.1g		ホットドッグ (コッペパン・ウインナー) ぎゅうにゅう 牛乳 カレーもやし クラムチャウダー 684kcal   3.2g		ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 チーズインハンバーグ れんこんサラダ しらす入りにら玉スープ 689kcal   2g	
9	10	11	12	13					
ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 さばのみそ煮 こまつな 小松菜のしそひじき和え ごじる 呉汁 643kcal   2.8g		やさい 野菜タンメン ぎゅうにゅう 牛乳 にく 肉まん かぼちゃサラダ 730kcal   3.5g		おやこどん 親子丼 あぎ (麦ごはん・親子丼の具) ぎゅうにゅう 牛乳 まごわやさしいみそ汁 ゆずヨーグルト 709kcal   2.4g		食パン はちみつマーガリン ぎゅうにゅう 牛乳 スペイン風オムレツ ロマネスコサラダ あさりとキャベツのスープ 616kcal   2.5g		シーフードカレーライス (麦ごはん・カレー) ぎゅうにゅう 牛乳 やさい 野菜と豆腐のナゲット レモンくらげサラダ 706kcal   3g	
16	17	18	19	20					
ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 にくだんご 肉団子トマトソース カルちゃんサラダ オニオンスープ 625kcal   2.1g		ごもく 五目あんかけうどん ぎゅうにゅう 牛乳 しろみざかな 白身魚の天ぷら あえ アスパラのごま和え かたぬ 型抜きチーズ 639kcal   3.5g		そぼろ 丼 (麦ごはん・そぼろ丼の具) ぎゅうにゅう 牛乳 こんさい 根菜の豆乳みそ汁 ふう カスタード風クレープ 724kcal   1.7g		ごはん ぎゅうにゅう 牛乳 とりにく 鶏肉の香草焼き ブロッコリーソテー ヌードルスープ 676kcal   1.6g		しゅんぶんのひ <b>春分の日</b>	

※献立名の下での表示はエネルギー (kcal) と食塩相当量 (g) です。都合により食材等が変更となることがございます。予め御了承ください。

### ひなまつり



3/3 (火)

さんしよく  
三色ゼリー

ひしもちをイメージした3色のゼリーです。  
ゆき  
雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲く春の  
ようす  
様子を表現しています。



### 卒業お祝い



3/4 (水)

こだいまい  
古代米の赤飯

あずき  
小豆の代わりに筑西市産の古代米 (赤米) を  
使用した、うすピンク色の赤飯です。  
こだいまい  
古代米は、昔の稲に見られたとされる  
とくちよう  
特徴のある稲の品種です。

