



3月 こんだてひょう



月	火	水	木	金
セレクトランチのおしらせ♪ 今月21日は「セレクトランチ」をきかきました。 今回は、赤・黄・緑のなかまの食べ物からそれぞれ自分の好きな方を選んでもらいます。6日(月)に、注文表を保健委員さんがくばりにいきます。		1日 ちゅうかどん しんじゃがいものからあげ くだもの(はるかみかん) ぎゅうにゅう I補給 - 684 kcal	2日 わかめごはん とんじる わふうコロッケ あさづけ ぎゅうにゅう I補給 - 739 kcal	3日 カことなのはなちらしずし すましじる はるやさいのうまに ひなまつりゼリー ぎゅうにゅう ひなまつりの行事食(桃の節句) I補給 - 643 kcal
6日 チーズバーガー やさいのスープに マカロニサラダ ぎゅうにゅう I補給 - 658 kcal	7日 ごはん いかのみそやき にくじゃが ごまあえ ぎゅうにゅう I補給 - 619 kcal 6年生校外学習	8日 つけめん にくだんごのもちごめむし にくやさしいため ミントマト ぎゅうにゅう I補給 - 633 kcal	9日 バターライスえびクリームぞえ グリーンサラダ くだもの(たんかん) ぎゅうにゅう I補給 - 623 kcal	10日 ホイコーローどん ちゅうかふうコーンスープ もやしのにがりカラあえ ぎゅうにゅう I補給 - 694 kcal
13日 タコライス アーサーじる サーターアンドギー ぎゅうにゅう おきなわけんの郷土料理 I補給 - 725 kcal	14日 はるのたきこみごはん とびうおのつみれじる だいこんのそぼろあん ぎゅうにゅう I補給 - 570 kcal	15日 カレーピラフ 小魚としいたけのからあげ マセドアンサラダ ぎゅうにゅう I補給 - 686 kcal	16日 ごはん のりのつくだに さわらみそマヨネーズやき こうやどうふのにくづめに かぶときゅうりのかおりづけ ぎゅうにゅう I補給 - 609 kcal	17日 けんちんうどん じゃことかいそうサラダ ぼたもち ぎゅうにゅう お彼岸にちなんで I補給 - 585 kcal
20日 春分の日  	21日 赤・黄・緑のセレクトランチ♪ それぞれえらぶ↓ ☆あかのたべもの エビフライ または チキンフライ ☆きいろのたべもの ライス または ナン ☆みどりのたべもの リンゴ または オレンジ きょうつうのメニュー↓ カレーシチュー おんやさい ぎゅうにゅう I補給 - 632 kcal	22日 おせきはん すましじる てんぷら 佃・サツマ任・アツパ かいそうときゅうりのすのもの フルーツパフェ むぎちや I補給 - 632 kcal 2-1.4-1 リクエスト	23日  そつぎょうしき 卒業式	24日 しゅうりょうしき 修了式  卒業・進級 おめでとうございます。

