

令和7年度

3月献立表

《給食目標》

1年間の反省をしよう

朝来市学校給食センター
☎ 672-2801

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
2日	3日	4日	5日	6日
コッペパン 牛乳 揚げ鶏の野菜甘酢あん 切り干大根のサラダ 春雨スープ	【桃の節句献立】 ちらし寿司 牛乳 花型ハンバーグの和風あん ブロッコリーのごま和え すまし汁 清見オレンジ	【かみかみデー】 コウノトリ米ごはん 牛乳 カレイのから揚げ もやしののり和え 厚揚げのうま煮	【給食総選挙No.1献立】 タコライス コウノトリ米ごはん (タコミート キャベツのソテー) 牛乳 もずくのスープ	心中学3年生卒業お祝い献立 コウノトリ米ごはん 牛乳 鯖の風味焼き マカロニサラダ ほうれん草のすまし汁
9日	10日	11日	12日	13日
減量コッペパン 牛乳 鶏肉のパセリ焼き ひじきのマリネ 焼きそば	コウノトリ米ごはん 牛乳 ししゃものフライ 昆布和え 鶏すき焼き	麦ごはん 牛乳 ほうれん草のチキンカレー ホタルイカと生わかめのサラダ デコポン	コウノトリ米ごはん 牛乳 鯖の岩津ねぎマヨ焼き アーモンド和え キムチスープ	コウノトリ米ごはん 牛乳 竹輪の二色揚げ きんぴらごぼう かき玉汁
16日	17日	18日	19日	
コッペパン 牛乳 ホキのフレーク焼き ビーフンサラダ じゃがいものトマト煮	【修了お祝い献立】 赤飯 牛乳 油淋鶏から揚げ 春キャベツのじゃこサラダ みつばとゆばのすまし汁 お祝いデザート	【ちゃずりんデー】 コウノトリ米ごはん 牛乳 豚肉の生姜炒め フルーツ和え けんちん汁	コウノトリ米ごはん 牛乳 串カツ レタスのごま酢和え さつま団子汁	アクセスはこちら  おすすめレシピ公開中!

あなたの食生活はどうか? 振り返りチェックシート

日ごろの食生活を振り返り、よくできたと思うものに○を付けましょう。

<input type="checkbox"/> 朝ごはんを毎日欠かさず食べている	<input type="checkbox"/> 食事の前に手をきれいに洗っている	<input type="checkbox"/> 正しい姿勢で、よくかんで食べている	<input type="checkbox"/> 食べたら歯を磨いている	<input type="checkbox"/> おうちで食事のお手伝いをしている	<input type="checkbox"/> 家族や仲間と食事を楽しんでいる
<input type="checkbox"/> 苦手な食べ物にも挑戦している	<input type="checkbox"/> おやつは時間と量を決めて食べるようにしている	<input type="checkbox"/> おはしを上手に使うことができる	○の数が...		
7~9個			4~6個		1~3個
☆☆☆ たいへんよくがんばりました			☆☆☆ よくがんばりました		☆☆☆ もうすしがんばりましょう
ポン! まずはたべることをすきにならしましょう					

※ 献立は物資の都合で内容を変更する場合がありますが、ご理解ご協力をお願いします。