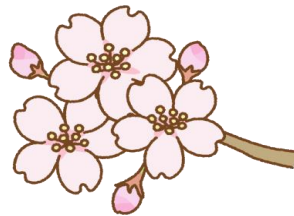


# 3月

## 学校給食 予定献立表



牛乳は毎日つきます。♥はリクエスト献立です

令和6年3月  
都立矢口特別支援学校

月	火	水	木	金
<p>【3月の給食指導目標】 みんなで楽しく食べよう 1年間の食生活をふり返ろう</p> <p>《3月平均》 エネルギー 684kcal たんぱく質 29.5g 脂質 24.3g 塩分 2.6g</p> <p>※材料の入荷等により、献立内容が変更する場合があります。 ご了承ください。</p>				<p>1 604 kcal 2.3 g</p> <p>♥うなちらし 干草和え はんぺん入りすまし汁 桃ゼリー</p> <p>もも せつく 3/3桃の節句</p>
<p>4 617 kcal 2.7 g</p> <p>♥セサミトースト ♥ミートボールの トマトシチュー コールスローサラダ 甘夏</p>	<p>5 716 kcal 2.8 g</p> <p>ごはん ♥鮭のみそマヨ焼き お浸し さつまいも じゃこの揚げ煮 白菜のぼかぼか汁</p>	<p>6 662 kcal 3.6 g</p> <p>キムチ炒飯 ♥春雨サラダ 生揚げの中華スープ 杏仁豆腐</p>	<p>7 760 kcal 2.4 g</p> <p>ごはん ♥さんまの蒲焼き おなか和え わかめと大根のみそ汁 ♥りんご</p>	<p>8 660 kcal 2.4 g</p> <p>ごはん 擬製豆腐(甘酢あん) ほうれん草の海苔和え かぼちゃのいとこ煮 なめこと 玉ねぎのみそ汁</p>
<p>11 681 kcal 3.4 g</p> <p>♥長崎ちゃんぽん ♥わかめとトマトのサラダ りんごきんとん</p>	<p>12 660 kcal 2.7 g</p> <p>ごはん ♥豚肉のしょうが炒め 白菜としらたきのお浸し 炒り豆腐 じゃがいものみそ汁</p>	<p>13 735 kcal 2.4 g</p> <p>なめし菜飯 鯖のおろしソース ♥納豆和え かぶと油揚げのみそ汁 清見オレンジ</p>	<p>14 693 kcal 1.9 g</p> <p>♥ポークカレーライス 野菜サラダ キャロットゼリー</p>	<p>15 685 kcal 2.3 g</p> <p>ごはん ♥揚げ餃子 きゅうりのハリハリ漬け 炒り合菜 豆腐の中華スープ</p>
<p>18 723 kcal 3.0 g</p> <p>ごはん 家常豆腐 ピーマンのじゃこ和え 中華風コーンスープ</p>	<p>19 693 kcal 2.8 g</p> <p>お赤飯 ♥鶏肉の唐揚げ お浸し お祝いすまし汁 ♥サイダーゼリー入り フルーツポンチ</p>	<p>20 しゅんぶん ひ 春分の日</p>	<p>21 698 kcal 2.2 g</p> <p>♥大豆入り ミートソーススパゲッティ ♥ごぼうサラダ みえのスマイル (清見×春光柑)</p>	<p>22 680 kcal 2.5 g</p> <p>ごはん 鰯の照り焼き ごま和え 大根の中華風そぼろ煮 五目汁</p>

ジャンル別 リクエスト料理トップ5							
主食		主菜		汁物(入りたい具)			
1位	ブレーンパン、ラーメン	16票	鶏肉のから揚げ	32票	わかめ 豆腐	10票	
2位	カレーライス	14票	ハンバーグ	14票	トマトスープ	9票	
3位	白ごはん	13票	豚肉のしょうが炒め	13票	コーンポタージュ	かきたま汁	8票
4位	きな粉揚げパン	9票	クリームシチュー	6票	大根	じゃがいも	5票
5位	ミートソーススパゲッティ	8票	グラタン、麻婆豆腐	5票	ほうれん草	かぼちゃ	3票

全62学級の  
集計結果です♪

1ジャンル2票ずつ投票