


















# 令和4年 3月の献立



1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)
			
米飯 イカリングフライ 野菜炒め ミモザサラダ プチシュー スープ 牛乳	温ちらし 鰯の照り焼き 野菜かき揚げ 刻み海苔(小袋) じゃが芋のそぼろ煮 ちらしの具 すまし汁 牛乳 	米飯 和風おろしハンバーグ 粉吹芋 卵とじ ごま和え 味噌汁 牛乳	米飯 鶏の唐揚げ カットコーン ミノトマト ブロッコリーのツナマヨ和え わらび餅(きなこ) カレーライス 牛乳 

飯の峯中学校の保健委員の献立を参考にしました。

7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)
				<h2>卒業式</h2>
米飯 ササミチーズフライ なます 五目大豆煮 フルーツ寒天 味噌汁 牛乳	米飯 チンジャオロース 中華サラダ 大学芋 中華スープ 牛乳	米飯 コロッケ ソース(小袋) 金平炒め ツナサラダ キャンディチーズ スープ 牛乳	コッペパン 鶏肉のトマトソース煮 コールスローサラダ オムレツ クリームスープ 牛乳	

14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)
				
米飯 スタミナ炒め ブロッコリーのサラダ キューちゃん漬け 味噌汁 牛乳	米飯 鯖の塩焼き ゆず和え 筑前煮 バレンシアオレンジ すまし汁 牛乳	米飯 酢豚 バンサンスー 蒸ししゅうまい 牛乳	白身魚フライ 野菜炒め おにぎり ナムル カレーうどん 牛乳	コッペパン シーフードスパゲティ オムレツ 温野菜サラダ りんごジャム スープ 牛乳

21日(月)	22日(火)	23日(水)
<h2>春分の日</h2>		
	米飯 サーモンフライ タルタルソース(小袋) お浸し ひじき煮 りんご 味噌汁 牛乳	米飯 ハンバーグのトマトソースかけ スパゲティ ブロッコリー ポテトサラダ パイナップル缶 コーンクリームスープ 牛乳

2日(火)『ひなまつり献立』  
 温ちらしの上に「ちらしの具(グリーンピース・ちりめん・卵)」と「刻み海苔」をのせて食べました。

4日(金) 飯の峯中学校保健委員の考えた献立を参考にしました。

