

3月の献立表

4～6年生用

杉並区立三谷小学校

		1	2	3
		麦ごはん 牛乳 豆腐ステーキの 野菜あんかけ さつまいもとツナのサラダ 玉ねぎとわかめのみそ汁	カレーライス 牛乳 大根サラダ かんきつ果物 	ちらしずし 牛乳 かぶの和風汁 ひなまつりゼリー 
6	7	8	9	10
麦ごはん 牛乳 たまご焼き じゃがいもの金平 沢煮椀 りんご	たけのこ入り五目ごはん 牛乳 高野豆腐のから揚げ わかめときゅうりの酢の物 菜の花のみそ汁 つぶつぶみかんゼリー 6年2組 家庭科献立	ビスキュイパン 牛乳 ミネストローネ ごぼうサラダ	ごまごはん 牛乳 ポテトたご揚げ ほうれん草ともやしのおかか和え 貝だくさんみそ汁	麦ごはん 牛乳 鮭のごま油焼き かぶの香りづけ けんちん汁 かんきつ果物 
13	14	15	16	17
麦ごはん 牛乳 めかじきのパン粉焼き 何でも千切りサラダ ABCスープ	たけのこごはん 牛乳 とり肉の南蛮漬け 菜の花のごま和え さくら汁 いちご 6年1組 家庭科献立	麦ごはん 牛乳 わかさぎのから揚げ ブロッコリーのピクルス みそけんちん汁	アスパラとさくらえびのごはん 牛乳 梅おかか和え 塩豚汁 ハチミツりんごゼリー 6年3組 家庭科献立	肉うどん 牛乳 ほうれん草のじゃこ和え ぼたもち 
20	21	22	23	24
ゆかりごはん ☆飲み物3種類 ☆えびフライ、または ☆ぶたのヒレカツ キャベツの磯和え 根菜のみそ汁 リザーブ給食	 春分の日	赤飯 牛乳 ぎんだらの西京焼き 菜の花とキャベツの辛子しょうゆ 豆腐のすまし汁 いちご 	 修了式	 卒業式

3月20日は、リザーブ給食です！

☆飲み物は3種類の中から1つ選びます。

☆おかずは2種類の中から1つ選びます。

- ①飲むヨーグルト
- ②オレンジジュース
- ③りんごジュース



- ①エビフライ
 - ②ぶたひれ肉のカツ
- よ～く考えて選んでくださいね♪

