

3月

献立予定表 (2024年度)

兵庫県立いなみ野特別支援学校 中学部

日 ねらい	献立名	牛 乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	1杯 たんぱく質 脂質
3 月 ひな祭りの 献立	ちらしずし		えだまめ, たまご, のり	こめ, ごま	たけのこ, にんじん, れんこん, しいたけ, かんぴょう	770 kcal
	さわらの味噌マヨネーズ焼き		さわら, みそ	ノンエッグマヨネーズ, ごま		35.7 g
	花魁のすまし汁		とうふ	ふ	しいたけ, みつば	24.0 g
	ひなあられ			ひなあられ		
4 火 好き嫌いを なく食べる 献立	ごはん			こめ		690 kcal
	ハヤシライス		ぎゅうにく	あぶら, ルウ	にんにく, にんじん, たまねぎ, しめじ, グリンピース, マッシュルーム, トマト	25.1 g
	ツナサラダ		ツナ	ノンエッグマヨネーズ	キャベツ, きゅうり, とうもろこし	24.0 g
5 水 みんなで 楽しく 食べる 献立	ロールパン			ロールパン		670 kcal
	スパゲティナポリタン		チキンハム, チーズ	スパゲティ, オリーブオイル, さとう	にんじん, たまねぎ, ピーマン, キャベツ	28.2 g
	カリフラワーのカレーツナマヨ和え		ツナ	ノンエッグマヨネーズ	カリフラワー, たまねぎ, きゅうり	24.3 g
	たまねぎのスープ		ベーコン		にんにく, たまねぎ, にんじん, パセリ	
6 木 九州の郷土 料理	ごはん			こめ		777 kcal
	チキン南蛮・タルタルソース		とりにく, たまご	でんぷん, あぶら, さとう, ノンエッグマヨネーズ, マスタード	にんにく, しょうが, きゅうりピクルス	34.9 g
	水菜のおかか和え		かつおぶし	さとう	みずな, はくさい	21.0 g
	太平燕		ぶたにく	はるさめ, ごまあぶら	にんじん, キャベツ, きくらげ, にんにく, しょうが	
7 金 小学部6年 生のリク エスト 献立	ビーフカレー		ぎゅうにく	あぶら, じゃがいも, ルウ, こめ	にんにく, にんじん, たまねぎ	869 kcal
	チーズサラダ		チーズ, チキンハム	ノンエッグマヨネーズ	ブロッコリー, きゅうり	23.7 g
	パインゼリー			パインゼリー		37.9 g
10 月 中学部3年 生のリク エスト 献立	ごはん			こめ		671 kcal
	鶏のから揚げ		とりにく	ごまあぶら, でんぷん, あぶら	しょうが, にんにく	30.8 g
	キャベツの中華風おひたし		ちくわ	ごまあぶら, ごま	キャベツ, にんじん	18.3 g
	わかめスープ		とりにく, わかめ	ごまあぶら	にんにく, えりんぎ	
	お祝いゼリー			いちごゼリー		
11 火 好き嫌いを なく食べる 献立	ごはん			こめ		642 kcal
	ささみカツ・かつめしのソース		ささみフライ	あぶら, さとう, こめ		26.4 g
	ボイルキャベツ				キャベツ	16.3 g
	白ネギの味噌汁		とうふ, みそ		しいたけ, にんじん, しろねぎ	

13 木 みんなで楽しく食べる献立	ごはん			こめ		653 kcal
	蒸し鶏・ゴマドレッシング		とりにく	ドレッシング, ノンエッグマヨネーズ, ごま, さとう	にんにく	33.5 g
	春雨サラダ			はるさめ, さとう, ごまあぶら, ごま	キャベツ, にんじん	17.1 g
	豆腐の中華スープ		とりにく, とうふ	でんぷん	しょうが, しいたけ, にら	
肉味噌どんぶり	ぶたミンチ, あかみそ		あぶら, さとう, ごま, こめ	たまねぎ, ピーマン, パプリカ, にんじん, にんにく, しょうが	674 kcal	
14 金 みんなで楽しく食べる献立	磯香サラダ		のり	ノンエッグマヨネーズ	ほうれんそう, キャベツ, にんじん	24.4 g
	もやしの味噌汁		あぶらあげ, みそ		もやし, あおねぎ	23.7 g
	チキンカレー		とりにく, ぎゅうにゅう	あぶら, じゃがいも, ルウ, こめ	にんじん, たまねぎ, グリンピース	797 kcal
17 月 1年間を振り返り楽しく食べる献立	ハムサラダ		チキンハム	ノンエッグマヨネーズ	きゅうり, キャベツ	25.8 g
	アイスクリーム		アイスクリーム			26.2 g

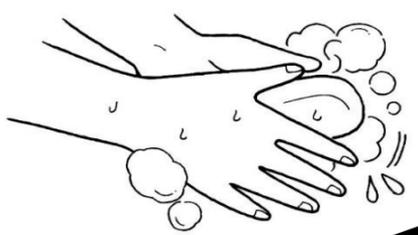


3月の目標

楽しく食事をしよう!



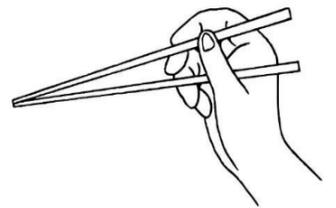
みんなでなかよくたべましょう



せっけんで手をきれいに洗いましょう

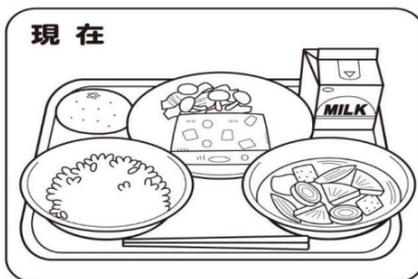


よくかんでたべましょう



箸の正しいもちかたです
しっかり持ちましょう

- ◆ 手はきれいに洗った? ◆ はしは正しく持っている?
- ◆ 食器の並べ方はOK? ◆ 食事のあいさつはしたかな?



現在

正しい配膳

ごはんは左、お汁は右、おかずはまん中、牛乳は右上、
箸はてまえにおきましょう

いただきます! ごちそうさま!



心を込めてあいさつをしましょう

今年度も1年を通して給食を提供することができ、そのなかで成長する子どもたちの姿を見ることができました。
これもいなみ野特別支援学校に通う子どもたち、また保護者の皆様の協力があったることだと感じております。本当にありがとうございました。
来年度も安全でおいしい給食を提供できるよう邁進してまいりますので、どうぞよろしく願いいたします!

