

3月こんだてひょう



月	火	水	木	金
3 わかめとツナのサラダ れんこんチップス エネルギー(kcal) 小:654 中:850 塩分(g) 小:1.5 中:2.3	4 ブロッコリーのおかかあえ けいちゃん エネルギー(kcal) 小:600 中:775 塩分(g) 小:1.8 中:2.3	5 かいそうサラダ スペイン風オムレツ エネルギー(kcal) 小:591 中:745 塩分(g) 小:2.5 中:3.2	6 こまつなののりずあえ はながたとうふハンバーグ せいせいデザート(中) エネルギー(kcal) 小:643 中:826 塩分(g) 小:2.7 中:3.5	7 ちゅうかあえ すぶた エネルギー(kcal) 小:671 中:881 塩分(g) 小:1.2 中:1.6
10 きりぼしだいこんのサラダ いももち エネルギー(kcal) 小:625 中:792 塩分(g) 小:2.0 中:2.5	11 ごしょくサラダ あつあげのみそチーズやき エネルギー(kcal) 小:607 中:789 塩分(g) 小:1.8 中:2.3	12 コールスローサラダ とりにくの丸レーヤキ エネルギー(kcal) 小:652 中:806 塩分(g) 小:2.2 中:2.8	13 ひじきのいために さわらのてりやき エネルギー(kcal) 小:622 中:793 塩分(g) 小:2.1 中:2.6	14 ほうれんそうのナムル あげぎょうざ エネルギー(kcal) 小:671 中:881 塩分(g) 小:1.2 中:1.6
17 いとかんてんのサラダ とりにくとじゃがいものあげに エネルギー(kcal) 小:672 中:868 塩分(g) 小:1.8 中:2.1	18 げんきサラダ やさいいりメンチカツ おいっぴいデザート(小) エネルギー(kcal) 小:615 中:756 塩分(g) 小:1.3 中:1.6	19 マセドアンサラダ さかなとまめのマチャップがらめ エネルギー(kcal) 小:624 中:785 塩分(g) 小:2.2 中:2.9	20 春分の日 	
21 じゃがいものごまあえ さんしよくどんぶり とうふのこもくじり エネルギー(kcal) 小:690 中:891 塩分(g) 小:2.5 中:3.2	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>※高山市では、給食の食材にかかる費用の1/3を市が助成しています。</p> <p>※学校給食は「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループの一部助成を受けています。</p> <p>※牛乳は毎日つきます。農林水産省の一部助成を受けています。</p> <p>※食材の購入等により献立が変更になることがあります。</p> <p>※学校給食の栄養量の基準 エネルギー：小学校650kcal 中学校830kcal 塩分：小学校2.0g 中学校2.5g</p> </div>			
24 じゃがいもとおりなのおひたし むしシューマイ やきそば エネルギー(kcal) 中:754 塩分(g) 中:3.2				

《2月分給食費のお知らせ》

- ・2月28日(金)は、今年度最後の給食費の口座振替日です
- ・振替金額は学校、学年ごとに異なります。
- ・振替金額は市のホームページに掲載しています。



1年間ありがとうございました！

まだ寒さの残る日はあるものの、吹風に春の到来を感じる季節となりました。この1年で、どの子ども心身ともに大きく成長し、一段とたくましくなった様子がうかがえます。日々の給食や食育を通して、そのサポートができていたらうれしいです。今月は、卒業や進級を控えた皆さんへ、応援やお祝いの気持ちを込めた給食を提供しますので、楽しみにしていてください。



卒業生の皆さんへ

ご卒業おめでとうございます！

健康な心と体は、毎日の食事の積み重ねです。今食べている食事は、“未来の自分”をつくるための重要な土台となります。これから先、自分自身で選んで食べる機会が増えていきますが、迷ったときには、ぜひ給食を思い出してみてください。皆さんの新生活が健康で充実したものとなるよう願っています。

