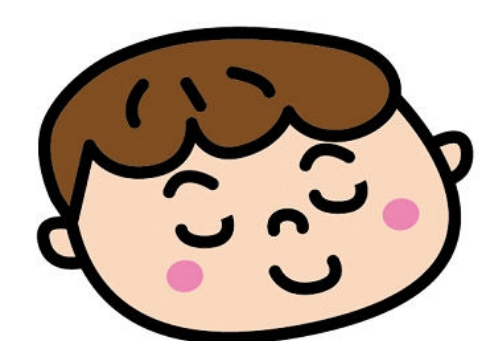


3月 守口市立中学校給食 献立表

第一・庭窪・八雲・梶・大久保・錦・樟風中学校

いよいよ学年末を迎えます。3月は、卒業や進級にむけて1年のまとめをする時期ですね。この1年間の給食時間や日頃の食生活についても、自身で振り返ってみましょう。できなかったことは、ぜひ、これから意識して取り組んでみてくださいね。



日ごろの食生活を振り返ろう!



食事の前に、手をきれいに洗っていますか?

朝ごはんを毎日欠かさず食べていますか?

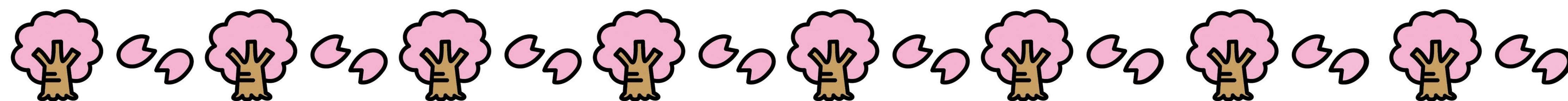
よくかんで、味わって食べていますか?

おやつは決まった時間に、量を決めて食べていますか?

苦手な食べ物にも挑戦していますか?

毎日の食事を楽しんでいますか?

令和6年2月発行 守口市教育委員会・守口市学校給食協会



3年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。給食費の残額は、3月末に学校給食協会から保護者の個人口座（学校諸費引き落とし口座）に返金しますので、ご確認をお願いします。

1・2年生のみなさんは、残額をそのまま繰り越しますので、引き続き4月からの給食を申し込むことができます。

1
金



- ・ちらしずし ・牛乳
- ・さわらの天ぷら
- ・五目煮
- ・ちらしずしトッピング
- ・すまし汁

895kcal

4
月



- ・ごはん ・牛乳
- ・豚肉の生姜焼き
- ・にんじんしりしり
- ・チンゲン菜のおひたし
- ・みそ汁

948kcal

5
火



- ・ごはん ・牛乳
- ・鶏モモ肉のカレー粉焼き
- ・野菜炒め
- ・ブロッコリーのマヨサラダ
- ・コンソメスープ

913kcal

6
水



- ・たきこみごはん ・牛乳
- ・肉じゃが
- ・ちくわの天ぷら
- ・白菜の即席漬け
- ・すまし汁

845kcal

7
木



- ・ツイストパン ・牛乳
- ・クリームシチュー
- ・ミンチカツ
- ・キャベツの甘酢和え
- ・マンゴー缶

738kcal

8
金



- ・ごはん ・牛乳
- ・みそおでん
- ・高野豆腐の卵とじ
- ・きゅうりとツナの和え物
- ・すまし汁

931kcal

11
月



- ・わかめごはん ・牛乳
- ・あじのみりん焼き
- ・かきあげ
- ・チンゲン菜の中華和え
- ・豚汁

791kcal

12
火



- ・ごはん ・牛乳
- ・鶏肉のからあげ
- ・春雨チャプチェ
- ・大根の即席漬け
- ・中華スープ

875kcal

13
水



- ・ごはん ・牛乳
- ・カレーライス
- ・カマンベールチーズコロッケ
- ・野菜のマリネ
- ・黄桃缶

940kcal

14
木



- ・ごはん ・牛乳
- ・トンカツ・ソース小袋
- ・揚げじゃがとウィンナーのマスタード炒め
- ・キャベツのサラダ
- ・白菜スープ

969kcal

15
金

卒業式



18
月



- ・ごはん ・牛乳
- ・マーボー豆腐
- ・あげぎょうざ
- ・ほうれん草と白菜の和え物
- ・いちごゼリー

878kcal

19
火

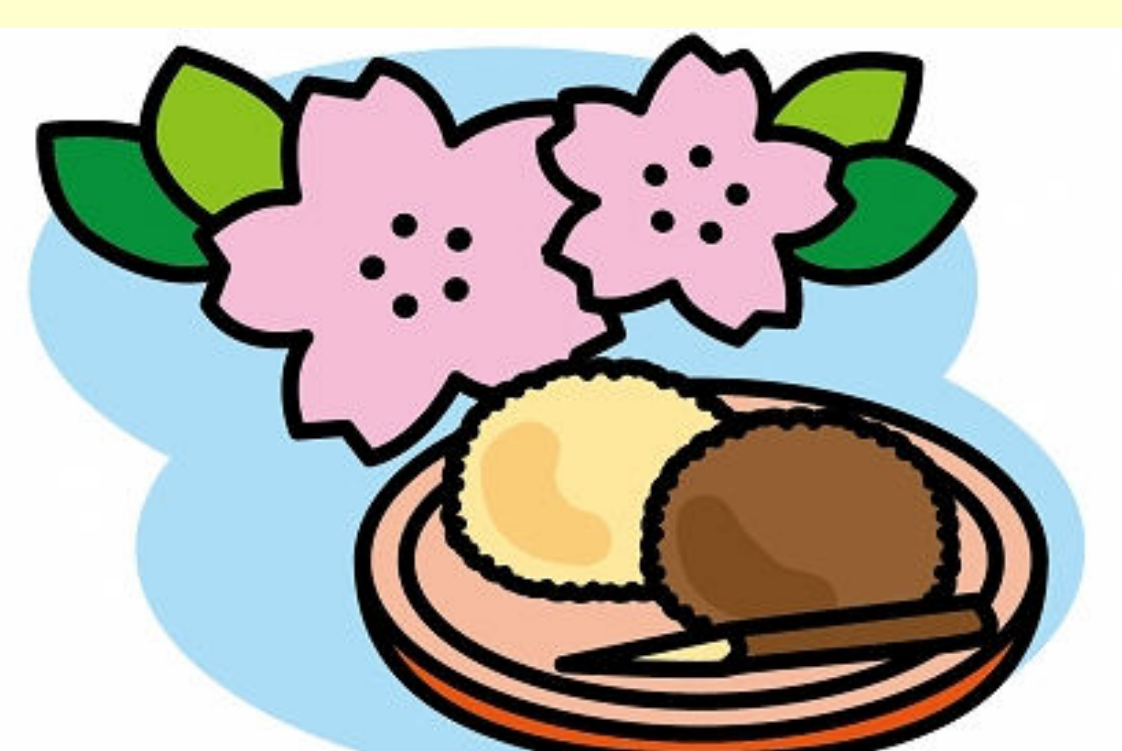


- ・ごはん ・牛乳
- ・さばのみそ煮
- ・鶏肉と大根の煮物
- ・揚げきんぴら
- ・すまし汁

925kcal

20
水

春分の日



21
木



- ・ごはん ・牛乳
- ・ポークビーンズ
- ・ほきフライ・タルタルソース小袋
- ・白菜とひじきのサラダ
- ・コンソメスープ

898kcal

22
金

修了式

