

3月献立一覧表

苗木中学校

日	曜	主 食	汁 物	おかず(主菜)	おかず(副菜)	デザート・添加物	
2	月	ちらし寿司	麩のすまし汁	鶏肉の塩麩焼き	春のお浸し	ひなまつりゼリー	
3	火	赤飯	豆腐汁	チキンカツ	やさいのいそあえ	お祝いクレープ	
4	水	麦ごはん	さつま汁	さわらの香味焼き	糸寒天のあえもの		
5	木	カレーライス		ヤンニョムチキン	キャベツのサラダ		
6	金	麦ごはん	実だくさんみそ汁	さばのみそチーズ焼き	切り干し大根の煮物		
9	月	麦ごはん	マーボー豆腐	鶏肉の香味ソース	中華あえ		
10	火	うどん		小豆入り抹茶蒸しパン	煮浸し		
11	水	麦ごはん	豆乳カレースープ	和風おろしハンバーグ	海藻サラダ		
12	木	コッパン	白菜豆乳スープ	チキンとポテトのケチャップあえ	キャベツのペペロンチーノ	チョコクリーム	
13	金	麦ごはん	豚汁	さばのみそ漬け焼き	ひじきの炒め煮		
16	月	豚肉丼	小松菜のみそ汁	豚肉丼の具	おほかあえ		
17	火	ミートスパゲティ		スパイスポテト	イタリアンサラダ		
18	水	わかめ玄米ごはん	沢煮椀	わかさぎのお茶揚げ	五目豆		
19	木	食パン	ABCスープ	タンドリーチキン	グリーンサラダ		
20	金	～春分の日～					
23	月	ごはん	五目汁	鶏肉の唐揚げ	おひたし		
24	火	麦ごはん	実だくさんみそ汁	さばのみそチーズ焼き	切り干し大根の煮物		