



月	火	水	木	金
	1 ごはん・牛乳 そぼろ煮 チーズのすり身巻き ちぐさ和え	2 手巻きずし・牛乳 (ツナマヨ・ごまたくあん) (チキンソーセージ・手巻きのり) かきたま汁・いちご	3 小パン・牛乳 とり肉の照り焼き 粉ふきいも もやしのスープ・フルーツ白玉	4 赤飯・牛乳 エビフライ 菜の花サラダ とうふのみそ汁・すだちゼリー
7 カレーライス・牛乳 (麦ごはん) イカリングフライ みかんサラダ	8 ごはん・牛乳 おから入りコロッケ きんぴらごぼう 呉汁(ごじる)・いちご	9 黒豆ずし・牛乳 プリの照り焼き 小松菜とゆばのごま和え とうふのすまし汁・ももゼリー	10 小パン・牛乳 スパゲティナポリタン フィレオチキン フルーツヨーグルト	11 チキンピラフ・牛乳 キャベツのスープ煮 プレーンオムレツ 大根サラダ
14 マーボーどんぶり・牛乳 (ごはん) 揚げ春巻き ほうれん草のナムル	15 ゆかりごはん・牛乳 きつねうどん ごぼうとわかめのかき揚げ	16 ごはん・牛乳 サワラの塩焼き 五目豆煮 沢煮椀・いちご	17 小パン・牛乳 ビーフシチュー チキンフランク・清見オレンジ ほうれん草のアーモンド和え	18 ごはん・牛乳 タコのから揚げ 炒めなます 大根のみそ汁・はっさく
21 春分の日	22 ごはん・牛乳 チキンカツのごまみそ キャベツの甘酢和え えのきのすまし汁・いちご	23 ごはん・牛乳 サケのみそマヨネーズ焼き 糸かまぼこ入り酢の物 のっぺい汁・はっさく		

《3月に使用した地元野菜》

- ・黒大豆
- ・丹波大納言小豆
- ・青ねぎ
- ・だいこん
- ・干しいたけ
- ・米(篠山産コシヒカリ)