



月	火	水	木	金
		1 ごはん・牛乳 揚げぎょうざ 切り干し大根の炒めナムル わかめスープ	2 小パン・牛乳 スパゲティナポリタン フィレオチキン 大根と水菜のサラダ	3 手まきずし・牛乳 (チキンソーセージ) (ツナマヨネーズ・ごまたくあん) かきたま汁・いちご
6 ごはん・牛乳 ビーフコロッケ キャベツのゆず香和え さわ煮わん	7 赤飯・牛乳 エビフライ なの花サラダ とうふのみそ汁・すだちゼリー	8 ごはん・牛乳 たまごとじ煮 イカとわけぎのぬた和え 味付けのり・いちご	9 小パン・牛乳 きつねうどん 大豆とわかめのかき揚げ 大根のあま酢和え	10 ごはん・牛乳 チキンカツのごまみそ キャベツの酢の物 えのきのすまし汁
13 ごはん・牛乳 とうふの煮物 バンバンジーサラダ はっさく	14 黒豆ずし・牛乳 サワラの塩焼き ほうれん草ともやしのごま和え ゆばのすまし汁・いちご	15 ごはん・牛乳 シシャモのカレー揚げ チンゲン菜とキャベツの酢の物 ぶた汁	16 パン・牛乳 とり肉の照り焼き ポテトサラダ もやしのスープ・清見オレンジ	17 ハヤシライス・牛乳 (麦ごはん) プレーンオムレツ みかんサラダ
20	21 こぎつねずし・牛乳 キピナゴごまフライ 小松菜とキャベツのおひたし とうふのすまし汁	22 ごはん・牛乳 はんぺんのしょうが焼き 五目豆煮 大根のみそ汁・いちご	23 パン・牛乳 キャベツのスープ煮 たまごチーズサラダ はっさく	



- ＜3月に使用した地元野菜＞
- ・にんじん
 - ・菜の花
 - ・白ねぎ
 - ・ほうれん草
 - ・丹波大納言小豆
 - ・米(篠山産コシヒカリ)
 - ・だいこん
 - ・はくさい
 - ・葉ねぎ
 - ・丹波黒大豆
 - ・干しいたけ