




《今月の地元食材》

- ・にんじん
- ・青ねぎ
- ・白ねぎ
- ・はくさい
- ・玄米
- ・丹波黒大豆
- ・丹波大納言小豆
- ・丹波篠山産コシヒカリ（農都のめぐみ米）

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|--|--|---|---|--|
|  <p>《今月の地元食材》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・にんじん ・青ねぎ ・白ねぎ ・はくさい ・玄米 ・丹波黒大豆 ・丹波大納言小豆 ・丹波篠山産コシヒカリ（農都のめぐみ米） | | | | |
| <p>2 ごはん・牛乳 そぼろ煮 手作りサケふりかけ キャベツの香味漬け</p>  | <p>3 ちらしずし・牛乳 淡路たまねぎコロッケ 小松菜と白菜のおひたし とうふの赤だし汁・ひなあられ</p>  | <p>4 ビビンバ・牛乳 （ごはん） （焼き肉・もやしのナムル） わかめスープ</p>  | <p>5 キャロットパン・牛乳 スープスパゲティ チキンウィンナー みかんサラダ</p>  | <p>6 赤飯・牛乳 エビフライ キャベツとコーンのサラダ たまねぎのみそ汁・いちごゼリー</p>  |
| <p>9 カレーライス・牛乳 （玄米入りごはん） ゆでたまご 手作り福神漬け</p>  | <p>10 黒豆ずし・牛乳 サバの塩焼き ほうれん草と白菜のおひたし 沢煮椀・カスタード風クレープ</p>  | <p>11 ごはん・牛乳 とり肉のから揚げ キャベツのごま酢和え じゃがいものみそ汁</p>  | <p>12 パン・牛乳 大豆のトマトスープ煮 焼きメンチカツ 大根サラダ・いちごジャム</p>  | <p>13 わかめごはん・牛乳 きつねうどん 菜の花とエビのかき揚げ 清見オレンジ</p>  |
| <p>16 玄米入りごはん・牛乳 とうふチゲ チヂミ わかめとこんにゃくのサラダ</p>  | <p>17 ごはん・牛乳 じゃがいもと厚揚げの煮物 焼きシシャモ 油揚げとわけぎのぬた和え</p>  | <p>18 ごはん・牛乳 牛肉と大豆のしぐれ煮 野菜のかき揚げ たぬき汁</p>  | <p>19 パン・牛乳 プレーンオムレツ バジルパスタ 野菜スープ・いちご</p>  | <p>春分の日</p>  |
| <p>23 ごはん・牛乳 八宝菜（うすら卵は小中のみ） 焼きぎょうざ 中華風サラダ</p>  |  | | | |