



日曜	献立名	(あか)おもに体をつくるものになる食品		(みどり)おもに体の調子を整えるものになる食品		(き)おもにエネルギーのもとになる食品		エネルギー (kcal)	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		肉・魚・卵 大豆・大豆製品 たんぱく質	牛乳・乳製品 小魚・海そう 無機質	緑黄色野菜	その他野菜 果物・きのこ ビタミン・無機質	米・パン・めん いも・砂糖 炭水化物	油脂・種実 脂質		
3月3日は「ひな祭り」 ~女の子の健やかな成長と幸せを願う行事で、ちらしずしやはまぐりのお吸い物、ひしもち、いかまんじゅうなどを食べます~									
1金	ごもちらしずし	ぎゅうにゅう	あぶらあげ かまぼこ	ぎゅうにゅう	にんじん さやえんどう	れんこん しいたけ	たけのこ だいこん	ごはん さとう	741
	ゆばいほましじる		とりにく ゆば うめがたかまぼこ		みつば にんじん	たまねぎ えのきたけ			
	ぶりのたつたあげ		ぶり			しょうが	でんぷん	あぶら	
	いかまんじゅう						いかまんじゅう		
4月	ごはん	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん		
	とうがんのコンソメスープ		とりにく		にんじん	とうがん たまねぎ マッシュルーム		あぶら	
	にくだんごのケチャップソース(2云)		とりにく ぶたにく			たまねぎ しょうが	さとう	あぶら	
	はるキャベツとだいたいのソテー		ベーコン だいたい		パセリ	キャベツ たまねぎ	さとう パンこ	あぶら マヨドレッシング オリーブオイル	
SDGs 持続可能な開発目標 ~食べて、学ぼうSDGs~									
5火	むぎごはん	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			むぎごはん		
	かわつきこんさいのすきやき		ぶたにく やきどうふ		にんじん	れんこん たまねぎ えのきたけ はくさい しろねぎ こんにゃく	ぶ さとう	あぶら	613
	まぐろカツ		まぐろ			たまねぎ しょうが	パンこ さとう	あぶら	
	ほうれんそうのごまあえ				ほうれんそう	もやし	さとう	あぶら	
6水	ごはん	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん		
	いろどりピピンパのぐ		ぶたひきひく ぎゅうひきにく あかみそ		チンゲンサイ あかピーマン	もやし しいたけ とうもろこし	さとう	あぶら	596
	わかめとすいとんのスープ		なるとまき	わかめ	にんじん ねぎ	にんにく しょうが たまねぎ たけのこ だいこん しょうが	すいとん	あぶら	
	えびしゅうまい(2云)		えび たら			たまねぎ	パンこ でんぷん さとう	あぶら	
7木	きなこパン	ぎゅうにゅう	きなこ	ぎゅうにゅう			さとう こむぎこ	あぶら	
	はるいろスープ		とりにく さくらがたかまぼこ		にんじん	キャベツ えだまめ とうもろこし マッシュルーム	こがたロールパン さとう	あぶら	574
	ジャーマンポテト		ウインナー			たまねぎ	じゃがいも さとう	あぶら	
8金	ごはん	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん		
	ホワイトビーンズシチュー		とりにく しろしんげんまめ	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん パセリ	たまねぎ エリンギ	じゃがいも	あぶら	618
	ハムステーキ		ぶたにく とりにく						
	ゆうやけいろのサラダ				あかピーマン	キャベツ きゅうり とうもろこし		あぶら	
6年生の人気ナンバーワンメニュー：とれめし									
11月	とれめし	ぎゅうにゅう	とりにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう			ごはん さとう		
	ふわふわたまごのかきたまじる		たまご ちくわ	かんでん	にんじん ねぎ	たまねぎ とうがん えのきたけ	でんぷん		647
	れんこんサンドフライ		とりにく			れんこん たまねぎ しいたけ	パンこ でんぷん こむぎこ	あぶら	
	ひとくちりんごゼリー						ひとくちりんごゼリー		
卒業のお祝い献立 ~もち米にあずきを混ぜて炊いた「雑穀」は、お祝いの時に食べられます~									
12火	せきはん	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			せきはん		
	はなふのおいわいほましじる		いわいかまぼこ		にんじん みつば	たまねぎ だいこん しいたけ	ぶ		604
	わふうハンバーグのあまみそかけ		とうふ とりにく あかみそ あわせみそ			たまねぎ しょうが	じゃがいも こめこ さとう	あぶら ごま	
	こうはくあかじぞあえ				にんじん あかじそ	もやし			
	おいわいもちごけーキ						おいわいもちごけーキ		
	ごましお						ごま		

日曜	献立名	(あか)おもに体をつくるもとになる食品		(みどり)おもに体の調子を整えるもとになる食品		(き)おもにエネルギーのもとになる食品		エネルギー (kcal)
		1群	2群	3群	4群	5群	6群	
		肉・魚・卵 大豆・大豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他野菜 果物・きのこ	米・パン・めん いも・砂糖	油脂・種実	
		たんぱく質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質	
13水	ソフトめん ぎゅうにゅう カレーソース	とりひきにく とうにゅう		にんじん トマト	たまねぎ えだまめ マッシュルーム しょうが にんにく	ソフトめん じゃがいも	あぶら	721
	てりやきチキン ぞらいろゼリーの フルーツミックス	とりにく			ナタデココ りんご パイナップル もも	さとう サイダーゼリー		
 ～6年生 小学校最後の給食～								
14木	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん		653 (デザートをのぞく)
	ハッシュドビーフ	ぎゅうにく	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん トマト さやいんげん	たまねぎ ぶなしめじ	じゃがいも	あぶら	
	ハートがたかぼちゃコロッケ	とりにく		かぼちゃ	たまねぎ とうもろこし	パンこ こむぎこ さとう	あぶら	
	カラフルベジサラダ			あかピーマン ブロッコリー	とうもろこし キャベツ		コーンクリーム ドレッシング	
おたのしみデザート								
15金	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん		656
	じゃがいものしろみそしる	なまあげ しろみそ		にんじん ねぎ	たまねぎ しいたけ	じゃがいも		
	さばのぎんがみやき	さば みそ				こめこ さとう		
	ちくわときゅうりのうめあえ	ちくわ			きゅうり もやし うめ	さとう	ごまあぶら	
わかめふりかけ		わかめふりかけ						
 ～1～5年生 今年度最後の給食～								
18月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ごはん		704
	マーボーあつあげ	とりひきにく ぶたひきにく だいず なまあげ あかみそ		にんじん トマト チンゲンサイ	たまねぎ エリンギ しょうが にんにく	さとう でんぶん	ごまあぶら あぶら	
	あいちのやさいはるまき	とりにく		にんじん	れんこん キャベツ	でんぶん さとう こむぎこ	あぶら ごまあぶら	
	さっぱりちゅうかいため	ベーコン		きピーマン いら	たけのこ もやし きくらげ しょうが にんにく	でんぶんめん	ごまあぶら あぶら	



まいつき には
毎月19日は

しょういく ひ
『食育の日』



おしらせ

★ 都合により、献立・材料等が変わることがあります。

12回(6年生:10回)

★ 14日(木)「おたのしみデザート」は、飛翔の会から提供いただきました。

★今月の応募献立紹介★

3月4日(月):とうがんのコンソメスープ…3年1組 柴田 勇吾 さん

* 給食では、野菜の摂取量を増やすため、元のレシピに、にんじん・マッシュルーム・玉ねぎ・枝豆を加えて作ります。



3月7日(木):ジャーマンポテト…5年4組 杉浦 依莉亜 さん

* 給食では、アレルギー対応のため、元のレシピにバターを加えずに作ります。



給食人気ナンバーワンメニューについて

2月に給食委員会で「給食アンケート」を行い、各学年の給食人気メニューを調査しました。今月は、6年生の給食人気ナンバーワンメニューだった「とりめし」を3月11日(月)に実施します。1～5年生の人気メニューは、4月からの給食で実施する予定です。

6年生のみなさん、中学校でも給食をしっかりと食べ、たくさん活躍してください。
1～5年生のみなさんは、4月からの給食もお楽しみに。
春休みの間、給食はありませんが、春休みの間、給食はありますが、一日3食、バランスのよい食事を心がけて、元気に新学期を迎えましょう。



来年度の給食は4月15日から始まります。