

令和三年度の給食費の口座引落しは、二月二十八日(月)で終了しました。学校または学校給食センター窓口にて現金でお支払いくださいますようお願いいたします。

日	曜日	牛乳	献立名	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群	エネルギー [kcal] 小学校	蛋白質 [g] 小学校	ひとくちメモ	
1	火	○	ちらしずし あさりいりすましじる とりにくのごまやき なばないりおひたし(しょうゆ) ひなまつりゼリー	あぶらあげ こおりどう ふ ちらしかまぼこ ぎゅうにゅう かつおぶ し だしこんぶ わかめ あさり もめんどうふ とりももにく	こめ さとう ごま ごまあぶら ひなまつり ゼリー	かんびょう ほしいたけ にん じん えのきたけ だいこん ね ぶかねぎ しょうが もやし キャベツ なばな	586	33.6	 <p>行事食(ひなまつり) ●1日:「ちらし寿司」「あさりいりすまし汁」「菜花入りおひたし」「ひなまつりゼリー」 3月3日は桃の節句で、女の子の健やかな成長を願う日です。給食では、黄色の錦糸かまぼこで彩った華やかなちらし寿司、旬のあさりや菜花を使った献立を提供します。ゼリーは、ひな壇に飾る菱餅と同じ三色(ピンク・白・緑)になっています。春の雰囲気を感じてみてくださいね♪</p>  <p>お農家を応援しよう! 3月の中旬から下旬にかけて、「石川県産のコシヒカリ」を提供します。コシヒカリの名前の由来は、昔の”越の国”(現在の新潟県から福井県の地域)に”光り輝く”品種になることを期待して名付けられました。新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により行き場を失い、余ってしまっているお米がたくさんあります。お米を作っている農家の方たちを応援するために、たくさんごはんを食べましょう!</p>  <p>旬の食材を使った献立 ●1日:菜花入りおひたし ●2日:せとか ●7日、17日:でこぼん ●18日:鱧の胡麻味噌かけ</p> <p>給食では東大和市産の地場野菜も使用しております。</p>	
2	水	○	くろざとうパン トマトシチュー えのきサラダ(フレンチドレッシング) せとか(なま)	ぎゅうにゅう ぶたかた にく ひよこまめ	くろざとうパン あぶら じゃがいも さとう こ むぎこ	にんにく たまねぎ にんじん マッシュルーム トマトビュ レ えのきたけ キャベツ せと か	610	24.1		
3	木	○	ごはん とうふのみそしる さけのからあげ ぶたにくとだいこんのもの	ぎゅうにゅう かつおぶ し だしこんぶ もめん どうふ あかみそ しろ みそ さけ ぶたももに く	こめ かたくりこ あぶ ら さとう	ぶなしめじ ねぶかねぎ しょう が にんにく だいこん にんじ ん ほしいたけ いんげん	670	31.3		
6年生(三小・四小・五小)はお祝い給食です★										
4	金	○	やさそば いんげんサラダ(かんきつ ドレッシング) フルーツしらたま	ぶたももにく ぎゅう にゅう	あぶら むしちゅうかめ ん すあまだんご	たまねぎ にんじん もやし キャベツ いんげん ホールコー ン はくとうかんづめ みかんか んづめ	597	24.7		
7	月	○	ケチャップライス ヨーグルトドリンク おしむぎいりスープ まめのカレーいため NEW! でこぼん(なま)	ヨーグルトドリンク ベーコン とりももにく ひよこまめ レンズまめ	こめ オリーブあぶら むぎ あぶら さとう	トマトジュース たまねぎ にん じん グリンピース セロリ かぶ パセリ にんにく ピーマ ン でこぼん	597	21.5		
8	火	○	ごはん(ふりかけ) とんじる さばのこうみやき キャベツのごまあえ(ごまドレッシ ング)	ぎゅうにゅう ぶたもも にく かつおぶし あぶ らあげ もめんどうふ しろみそ あかみそ さば	こめ あぶら こんにや く ごまあぶら ごま さ とう	しょうが にんじん ごぼう だ いこん ねぶかねぎ にんにく キャベツ こまつな	597	29.7		
★ラッキーにんじん★(とんじる)										
9	水	○	チリドッグ(せわりコッペパン、とう ふウィナーチリソース) ABCスープ ポテトサラダ(ノンエッグマヨネー ズ)	ぎゅうにゅう ベーコン とうふウィナー ハム	コッペパン マカロニ あぶら さとう じゃが いも ノンエッグマヨ ネーズ	たまねぎ にんじん キャベツ ホールコーン にんにく しょう が きゅうり	553	24.4		
10	木	○	コーンライス ミネストローネ かぼちゃコロッケ キャベツサラダ(たまねぎドレッシ ング)	ベーコン ぎゅうにゅう とりももにく	こめ あぶら	たまねぎ にんじん ホールコー ン パセリ にんにく キャベツ トマトビュレ トマト かぼ ちゃコロッケ きゅうり	582	19.8		
11	金	○	じゃーじゃんどうふどん(ごはん、 じゃーじゃんどうふ) きりぼしだいこんのしおいため いちごゼリー	ぎゅうにゅう ぶたかた にく あかみそ なまあ げ ぶたももにく	こめ あぶら さとう か たくりこ ごまあぶら いちごゼリー	にんにく しょうが にんじん たけのこ ほしいたけ キャベ ツ ねぶかねぎ きりぼしだいこ ん もやし	623	27.7		
14	月	○	ハンバーガー(よこわりまるパン、ハ ンバーグのバーベキューソース) ビーンズスープ コーンサラダ(フレンチドレッシ ング)	ぎゅうにゅう ベーコン ウィナー ミックスビーンズ ハン バーグ	まるパン じゃがいも あぶら さとう	セロリ にんにく たまねぎ に んじん キャベツ マッシュルー ム しょうが アップルソース ホールコーン きゅうり	582	30.0		
15	火	○	ごはん ポークカレー かいそうサラダ(あおじそドレッシ ング) はくとうかん・ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう ぶたもも にく かいそうミックス り	こめ あぶら じゃがい も こむぎこ ぶどうゼ リー	にんにく しょうが セロリ に んじん たまねぎ トマトビュ レ アップルソース キャベツ きゅうり はくとうかんづめ	611	23.4		
16	水	○	わかめごはん すましじる のりしおチキン(2) こんさいのもの	わかめ ぎゅうにゅう かつおぶし だしこんぶ もめんどうふ とりもも にく あおのり ぶたも もにく	こめ かたくりこ あぶ ら さとう	えのきたけ だいこん ねぶかね ぎ しょうが にんにく にんじ ん ごぼう たけのこ	588	30.4		
6年生(一小・二小)はお祝い給食です★										
17	木	○	ぶたどん(ごはん、ぶたにくとやさい のいためもの) こんにやくサラダ(あおじそドレッシ ング) でこぼん(なま)	ぎゅうにゅう ぶたもも にく ぶたばらにく	こめ あぶら ごま ごまあぶら こんにやく	しょうが にんにく もやし に んじん ねぶかねぎ こねぎ モンかじゅう でこぼん	529	22.4		
18	金	○	ごはん とりだんごじる さわらのごまみそかけ こまつなのおかかあえ(しょうゆ、 おかか)	ぎゅうにゅう かつおぶ し だしこんぶ とりだ んご あぶらあげ さわ ら しろみそ	こめ さとう ごま	にんじん だいこん ねぶかねぎ しょうが キャベツ もやし こ まつな	610	31.1		
22	火	○	まっちゃんこあげパン NEW! とうにゅうコーンチャウダー ウィナーとやさいのソテー	きなこ ぎゅうにゅう ベーコン とりももにく とうにゅう ウィナー	コッペパン あぶら さ とう じゃがいも こむ ぎこ	にんじん たまねぎ ホールコー ン クリームコーン パセリ キャベツ	563	25.1		
23	水	○	まーぼーどん(ごはん、まーぼーど うふ) ヤングコーンサラダ(ちゅうかドレ ッシング) みかんかん・レモンゼリー	ぎゅうにゅう ぶたひき にく もめんどうふ あ かみそ	こめ あぶら かたくり こ ごまあぶら レモン ゼリー	にんにく しょうが にんじん にら ねぶかねぎ キャベツ ヤ ングコーン みかんかんづめ	586	23.3		
24	木	○	てづくりカレーパン しろいんげんまめのスープ ジャーマンポテト	ぶたひきにく ぎゅう にゅう ベーコン とり ももにく しろいんげん まめ とうにゅう ウイ ナー	まるパン あぶら さと う はちみつ こむぎこ パンこ じゃがいも	にんにく しょうが たまねぎ にんじん セロリ クリームコー ン パセリ いんげん	711	32.6		
*都合により、献立や材料等を変更することがありますのでご了承ください。 *学校により給食の実施日は異なります。 *小学校のエネルギー・蛋白質は中学年量です。							月平均	600	26.8	
							学校給食摂取基準	650	21-33	