

令和3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。残高不足等で納入できない場合は、速やかに、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。

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	○	くるごとうパン 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	くるごとうパン 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 トマトピュー レ えのきたけ キャベツ せと か	610	24.1	 3日	
2	水	○	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 ほししいたけ いんげん	670	31.3	ぎょうじしよく 行事食(ひなまつり) ●3日:「ちらし寿司」「あさり いりすまし汁」「菜花入りお 浸し」「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 あさりと菜花を使った献立 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♪ 	
3	木	○	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	かんぴょう ほししいたけ 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		
4	金	○	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		
7	月	○	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 こんにゃ 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)	
8	火	○	やきそば 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		
9	水	○	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 トマトピューレ トマト かぼ ちゃコロッケ きゅうり	582	19.8		
10	木	○	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	こめのうか おうえん 米農家を応援しよう! 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 くに” (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! 	
11	金	○	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		
14	月	○	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 グ	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 トマトピュー 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		
15	火	○	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(七小・八小)はお祝い給食です★	
16	水	○	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		
17	木	○	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		
18	金	○	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		
22	火	○	ぶたどん (ごはん、ぶたにくとやさ いのいためもの) こんにゃくサラダ (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 こんにゃく	しょうが にんにく もやし に んじん ねぶかねぎ こねぎ レモンかじゅう でこぼん	529	22.4		
23	水	○	まーぼーどん (ごはん、まーぼーど う) 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	しゅん しょくさい つか こんだて 旬の食材を使った献立 ●1日: せとか ●3日: 菜花入りお浸し ●4日、22日: でこぼん ●17日: 鱈の胡麻味噌かけ	
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	ぎょうじしよく ひがしやまとしん じ ば 給食では東大和市産の地場 野菜も使用しております。