

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	
3月	○		ちらしずし(きざみのり) さわにわん はながたとうふハンバー グのおろしソース せとか(なま) ★ラッキーにんじん「さわにわん」	あぶらあげ こおりどう ふ かまぼこ ほしのり ぎゅうにゅう とり とうふハンバーグ	こめ さとう ごま あぶ ら かたくりこ	かんぴょう ほししいたけ にん じん だいこん ねぎ ほうれん そう せとか	667	24.8		
4月	○		ツイストチーズパン カチャトーラ フライドチキン キャベツとじゃこのソテー	ぎゅうにゅう とり れんずまめ ベーコン しらすぼし	チーズパン オリーブあ ぶら じゃがいも さと う こむぎこ あぶら か たくりこ ごま	にんにく たまねぎ にんじん ぶなしめじ トマトかんづめ セロリ しょうが キャベツ こまつな	701	38.3	ぎょうじしよく 行事食(ひなまつり) 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、3日 に黄色の錦糸かまぼこで 彩った華やかな「ちらし寿 司」を提供します。また、5 日にひな壇に飾る菱餅と同 じ三色(ピンク・白・緑)に なっている「ひなまつりゼ リー」を提供します。春の雰 囲気を感じてみてください ね♪ 	
5月	○		ぶたにくのしょうがやきどん(ごは ん、ぶたにくとたまねぎのしょうが やき) なめこのみそしる なばない りサラダ(わふうドレッシング) ひなまつりゼリー	ぎゅうにゅう あかみそ しろみそ もめんどろふ ぶたにく	こめ あぶら こんにゃ く さとう ひなまつりゼリー	なめこ ねぎ しょうが にんに く たまねぎ にんじん もやし キャベツ なばな	644	25.8		
6月	○		ホットドッグ(せわりミルクコッペ パン、とうふウインナーチリソ ース) ヨーグルトドリンク ポトフ ヤ ングコーンサラダ(コーンドレッシ ング)	ヨーグルトドリンク と りにく ベーコン とう ふウインナー	ミルクコッペパン じゃ がいも あぶら さとう	たまねぎ キャベツ にんじん にんにく トマトピューレ もや し ヤングコーン	612	27.4		
7月	○		ごはん オニオンスープ とりにくのあまぎあんNEW! ハムとやさいのソテー 6年生(三小・四小・五小)はお弁当給食です★	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ハム	こめ マカロニ かたく りこ あぶら さとう	たまねぎ ホールコーン キャベ ツ いんげん しょうが にんじ ん こまつな	672	29.7		
10月	○		ごはん ビーフカレー かいそうサラダ(ちゅうかドレッシ ング) フルーツポンチ	ぎゅうにゅう ぎゅうに く かいそうミックス	こめ あぶら じゃがい も こむぎこ カクテルゼリー	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 りんごかんづめ おう とうかんづめ	676	20.6		
11月	○		たんたんそぼろどん(ごはん、たん たんそぼろ) はるさめスープ グリーンサラダ(しおちゅうかド レッシング)	ぎゅうにゅう ぶたにく ぶたひきにく とりひき にく だいち あかみそ	こめ あぶら りよく うはるさめ ごまあぶら さとう ごま	はくさい ねぎ にんにく しょ うが にんじん たまねぎ たけ のこ ほししいたけ キャベツ きゅうり えだまめ	637	27.0	お祝い献立	
12月	○		フィッシュサンド(かしわミルクパ ン、めかじきのフライ(ソース)) ミネストローネ だいちサラダ(イタリアンドレッシ ング)	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく れんずまめ めかじき だいち	かしわミルクパン こむ ぎこ パンこ あぶら	にんにく たまねぎ にんじん キャベツ トマトピューレ トマ トかんづめ もやし	618	34.4	もうすぐ卒業を迎える6年 生のみなさんへ、給食セン ターからお祝いの気持ちを こめて、13日に「赤飯」と 「お祝いいちごゼリー」をお 届けします。 赤飯は、もち米に「小豆」 や「ささげ豆」を混ぜて蒸し たごはん、主に日本のめ でたい席で食される伝統的 な料理です。赤い色は「邪 気を払う」とされ、災いを避 ける魔除けの意味もありま す。ぜひ味わってみてくだ さい!	
13月	○		せきはん いわいなるといりすましじる さけのさいきょうやき キャベツいためのおかかあえ(おか か) おいわいいちごゼリー	あずき ぎゅうにゅう わかめ もめんどろふ なると さけ しろみそ あぶらあげ かつおぶし	こめ もちごめ さとう あぶら ごま おいわい いちごゼリー	えのきたけ だいこん ねぎ にんじん キャベツ こまつな	633	31.7		
14月	○		マーブルココアしよくパン ビーンズ スープ かぼちゃコロッケ ほうれん そういりソテー 6年生(一小・二小・サポートルーム)はお弁当給食です	ぎゅうにゅう とり ミックスビーンズ だいち ウインナー ベーコン	マーブルココアパン あぶら	セロリ たまねぎ にんじん か ぼちゃコロッケ ホールコーン ほうれんそう キャベツ えのきたけ	579	26.5		
17月	○		ぶたにくのプルコギどん(ごはん、 ぶたにくのプルコギ) こんにゃくサ ラダ(たまねぎドレッシング) りん ごかん・りんごゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく	こめ あぶら ごま ごまあぶら かたくりこ こんにゃく りんごゼ リー	たまねぎ にんじん もやし は くさい ならぶなしめじ えの きたけ にんにく キャベツ り んごかんづめ	569	19.1		
18月	○		パンキンパン ABCスープ とりにくのマーマレードソースがけ キャベツのソテー	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく ウインナー	パンキンパン マカロ ニ さとう あぶら	たまねぎ はくさい ホールコー ン マーマレード しょうが キャベツ にんじん いんげん	629	33.8		
19月	○		ハンバーガー(よこわりミルクまる パン、ハンバーグのデミグラスソ ース) とうにゅうコーンチャウダー えのきいりサラダ(イタリアンド レッシング)	ぎゅうにゅう ベーコン とりにく とうにゅう ハンバーグ	ミルクパン じゃがいも こむぎこ あぶら さと う	にんじん たまねぎ ホールコー ン クリームコーン パセリ えのきたけ もやし キャベツ	661	32.1		
21月	○		ぶたにくのねぎしおいためどん(ご はん、ぶたにくのねぎしおいため) カレーふうみスープ でこぼん(なま)	ぎゅうにゅう ベーコン ウインナー ぶたにく	こめ じゃがいも あぶ ら ごま ごまあぶら	たまねぎ にんじん パセリ しょうが にんにく もやし えのきたけ ねぎ こねぎ レモンかじゅう デコパン	604	25.9	しゅん しょうさい つか こんだて 旬の食材を使った献立 ●3日：せとか ●5日：菜花入りサラダ ●21日：でこぼん	
*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	636	28.4	
							学校給食摂取基準	650	21-33	

【6年生を対象とした卒業お祝い給食(お弁当給食)を実施します】
卒業お祝い給食(お弁当給食)とは、小学校6年生の児童を対象に、卒業のお祝いとして一人ひとつのお弁当箱につめた給食(お弁当給食)を提供するものです。この取り組みは、昭和60年度から開始し、東大和市学校給食の基本理念「魅力的な学校給食の提供」の取り組みの一環として継続しているものです。今年度は、7日(金)、14日(金)に実施します。
●メニューは以下のとおりです。
<主食・主菜・副菜・デザート>※弁当箱に入れて提供します。
・ピラフ・鶏の唐揚げ・ミニハンバーグ・ショートパスタのトマトソース・ハムと野菜のソテー/ほうれん草入りソテー・スパイシーポテト・ブロッコリー(ノンエッグマヨネーズ付き)・いちご
<汁物>オニオンスープ/ビーンズスープ ※ソテーとスープは、1~5年生までと同じものを提供します。
<飲み物>みかんジュース/コーヒーマルク/緑茶 ※飲み物は、3種類から1つを各自事前に選択したものを提供します。