

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	
2月	○		ちらしずし(きざみのり) さわにわん さわらのこうみやき なばないりサラダ(わふうドレッシング)	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 さわら	こめ さとう ごま あぶら ごまあぶら	かんぴょう ほしいたけ にん じん だいこん ねぎ ほうれん そう にんにく もやし ホールコーン キャベツ なばな	577	31.0		
3月	火	○	ごはん ポークカレー かいそうサラダ(ちゅうかドレッシング) さんしょくゼリー	ぎゅうにゅう ぶたにく かいそうミックス	こめ なたねあぶら じゃがいも こむぎこ はちみつ とうにゅうあんにとど うふ ピーチゼリー マスカットゼリー	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	646	22.9	ぎょうじょく 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、2 日に黄色の錦糸かまぼこ で彩った華やかな「ちらし ずし」を提供します。春の 雰囲気を感じていただき いね♪また、3日にひな壇 に飾る菱餅と同じ三色(ピ ンク・白・緑)の「三色ゼ リー」を提供します。	
4月	水	○	あさやきしょくパン(りんごジャム) ミネストローネ フライドチキン	ぎゅうにゅう ベーコン とり とうにゅう レンズまめ	しょくパン かたくりこ あぶら グラニューとう くずこ	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 トかんづめダイス セロリ しょう が アップルソース りんごかん づめ レモンかじゅう	643	33.4		
5月	木	○	せきはん いわいなるといりすましじ さけのさいきょうやき くきわかめの きんぴら いちごのカップデザート	あずき ぎゅうにゅう カットわかめ もめんどう うふ ちらしかまぼこ さけ しろみそ くきわ かめ	こめ もちごめ さとう あぶら ごまあぶら ごま いちごのカップデザー ト	えのきたけ だいこん ねぎ しょうが ごぼう にんじん	661	31.2		
6月	金	○	ごはん オニオンスープ とり とうにゅうのあまざあん ハムとやさいのソテー	ぎゅうにゅう ベーコン とり とうにゅう ハム	こめ かたくりこ あぶ ら さとう	たまねぎ ホールコーン チンゲ ンサイ いんげん しょうが キャベツ にんじん こまつな	645	28.8	6年生(三小・四小・五小)はお弁当給食です★	
9月	○		マーブルココアしょくパン ポトフ フレンチサラダ(フレンチドレッシング) おうとうかん・みかんゼリー	ぎゅうにゅう ウインナー ベーコン	マーブルココアパン じゃがいも みかんゼ リー	たまねぎ ほうさい にんじん キャベツ きゅうり ホールコー ン おうとうかんづめ	571	26.8		
10月	火		ごはん ヨーグルトドリンク とんじる ししゃものカレーあげ(低1・中高 2) ひじきサラダ(わふうドレッシング)	ヨーグルトドリンク ぶ たにく もめんどうふ しろみそ あかみそ ししゃも ほしひじき	こめ あぶら さといも こんにやく こむぎこ	にんじん ごぼう だいこん ねぎ えだまめ キャベツ	666	26.1	お祝い献立 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、5日に「赤飯」と「い ちごのカップデザート」をお 届けします。 赤飯は、もち米に「小豆」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！	
11月	水	○	ケチャップライス ABCスープ てりやきチキン いためごぼうサラダ(ノンエッグマ ヨネーズ)	ぎゅうにゅう ベーコン とり とうにゅう	こめ あぶら マカロニ さとう かたくりこ ノンエッグマヨネーズ	トマトジュース たまねぎ グリ ンピース にんじん キャベツ ごぼう ホールコーン	591	27.0		
12月	木	○	ツイストミルクパン ミートボールの トマトに ヤングコーンサラダ(イタ リアンドレッシング) はくとうかん ・ももゼリー	ぎゅうにゅう 肉ボール ベーコン レンズまめ	ミルクパン あぶら じゃがいも さとう こむぎこ ピーチゼリー	にんにく たまねぎ にんじん トマトかんづめダイス キャベ ツ こまつな ヤングコーンかん づめ はくとうかんづめ	621	24.6		
13月	金	○	ごはん ワンタンスープ コチュマヨチキン NEW! だいずサラダ(しおちゅうかドレ ッシング)	ぎゅうにゅう とり だいず	こめ ワンタン ごまあぶら ノンエッグマヨネーズ	ほうさい ほしいたけ ねぎ キャベツ にんじん	579	28.4		
16月	○		ぶたにくのプルコギどん(ごはん、 ぶたにくのプルコギ) こんにやくサ ラダ(たまねぎドレッシング) パイ ンかん・とうにゅうあんにとど うふ	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 こんにやく とうにゅうあんにとど うふ	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 きゅうり キャベツ パイナップルかんづ め	626	22.1		
17月	火	○	チーズパン カレーふうみスープ かぼちゃコロッケ ウインナーとやさいのソテー	ぎゅうにゅう ベーコン とり とうにゅう レンズまめ ウインナー	チーズパン じゃがいも あぶら	たまねぎ ぶなしめじ パセリ かぼちゃコロッケ キャベツ にんじん ホールコーン	597	28.5	6年生(一小・二小・サポートルーム)はお弁当給食です★	
18月	水	○	ごはん わかめスープ いかのおうごんあげ(2) こまつないりソテー	ぎゅうにゅう とり カットわかめ いか ツナ	こめ あぶら ごま ごまあぶら さとう かたくりこ	しょうが たまねぎ えのきたけ ねぎ キャベツ にんじん こまつな	596	26.6		
19月	木	○	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 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 クリームコーンかんづめ パセリ えのきたけ もやし キャベツ	661	32.1	しゅん しょうさい つか こんにゃく 旬の食材を使った献立 ●2日:菜花入りサラダ ●23日:でこぼん	
23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) なめこのみそしる でこぼん(なま)	ぎゅうにゅう あかみそ しろみそ もめんどうふ ぶたにく	こめ あぶら ごま ごまあぶら	なめこ だいこん ねぎ しょう が にんにく もやし えのきた け こねぎ レモンかじゅうで こぼん	602	25.8	ぎょうじょく ひがしやまとしん 給食では東大和市産の じばやさい しょう 地場野菜も使用して おります。	
*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。							月平均	619	27.7	
							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、6日(金)、17日(火)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・ミニハンバーグのトマトソース・にんじんシュウマイ・ハムと野菜のソテー/ウインナーと野菜のソテー・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/カレー風味スープ ※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/コーヒーミルク/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。