




献立名		赤色の食品	黄色の食品	緑色の食品	I礼拝 (kcal)
		あかいろ しょくひん	きいろ しょくひん	みどりいろ しょくひん	
		ち・にく・ほねになる たべもの	ねつやちからのもとに なるたべもの	からだのちょうしを ととのえるたべもの	
1 火	むぎごはん ぎゅうにゅう いろどりピピンバ	ぎゅうにゅう ぎゅうひきにく ぶたひきにく あかみそ	むぎごはん ごまあぶら あぶら さとう	もやし ほうれんそう あかピーマン ぜんまい とうもろこし しいたけ にんにく しょうが	556
	わかめとすいとんのスープ	なるとまき わかめ	すいとん ごまあぶら	だいこん にんじん たまねぎ たけのこ ねぎ にんにく しょうが	
	やきぎょうざ(2こ)	ぶたにく	こむぎこ さとう	キャベツ たまねぎ いら しょうが	
2 水	ごはん ぎゅうにゅう ぐだくさんとんじる	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ あかみそ しろみそ	ごはん こんにゃく さといも	だいこん ごぼう にんじん たまねぎ ねぎ	562
	あじのさんがやき	あじ みそ	さとう あぶら	たまねぎ にんじん ごぼう たけのこ ねぎ	
	ほうれんそうのごまあえ		ごま ごまあぶら さとう	ほうれんそう もやし	
<p>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祝い物、ひしもち、いがまんじゅうなどを食べます~</p>					
3 木	ごもくちらしずし ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう あぶらあげ ちくわ	ごはん さとう	れんこん ごぼう にんじん えだまめ しいたけ たまねぎ えのきたけ だいこん にんじん みつば	648
	ゆばいりすましじる	ゆば うめがたかまぼこ		しょうが	
	からあげ(2こ)	とりにく	でんぷん さとう あぶら	トマト ほうれんそう パプリカ	
	ひなあられ	こんぶ あおのり	こめ さとう でんぷん		
4 金	ごはん ぎゅうにゅう はるやさいのホワイトシチュー	ぎゅうにゅう とりにく しろいんげんまめ ぎゅうにゅう なまクリーム	ごはん じゃがいも あぶら	たまねぎ にんじん マッシュルーム アスパラガス	615
	にくだんごのトマトソース(2こ)	とりにく	でんぷん さとう	たまねぎ しょうが ねぎ トマト	
	カラフルベジサラダ		コーンクリームドレッシング	キャベツ あかピーマン きゅうり とうもろこし	
<p>「かみかみ」献立 ~よくかんで食べよう~</p>					
7 月	ごはん ぎゅうにゅう おぼろじる	ぎゅうにゅう おぼろとうふ あぶらあげ	ごはん	しいたけ ごぼう たまねぎ にんじん ねぎ しょうが	596
	とりてりやき(2こ)	とりにく みそ	でんぷん さとう あぶら		
	シャキシャキれんこんのマヨネーズあえ	まぐろ	マヨネーズ	れんこん きりぼしだいこん えだまめ	
8 火	ごはん ぎゅうにゅう マーボーあつあげ	ぎゅうにゅう ぶたひきにく とりひきにく だいず なまあげ あかみそ	ごはん さとう ごまあぶら あぶら でんぷん	たまねぎ にんじん トマト エリンギ チンゲンサイ にんにく しょうが	751
	あいちのやさいはるまき	とりにく	でんぷん さとう ごまあぶら あぶら こむぎこ	キャベツ れんこん にんじん	
	さっぱりちゅうかいだめ	ベーコン	でんぷんめん あぶら ごまあぶら	もやし トウモロコシ しょうが きくらげ たけのこ にんにく	
<p>「まごわさしい」献立 ~食べて健康な体をつくろう</p>					
9 水	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものしろみそじる	ぎゅうにゅう なまあげ わかめ しろみそ	ごはん じゃがいも	たまねぎ にんじん ねぎ ぶなしめじ	599
	きんぴらつくね(2こ)	とりにく	でんぷん さとう	たまねぎ ごぼう しょうが	
	ちくわときゅうりのつめあえ	ちくわ	ごまあぶら さとう	きゅうり もやし つめ	
10 木	きなこパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう きなこ	こがたロールパン さとう あぶら		596
	パンネのようふうスープ	とりにく	パンネマカロニ あぶら	キャベツ にんじん パセリ かぶ マッシュルーム	
	ウインナーのチリコンカンソテー	ウインナー あかいんげんまめ ひよこまめ あおえんどうまめ だいず	じゃがいも さとう あぶら	たまねぎ にんにく トマト	

<small>こんだてめい</small> 献立名		<small>あかいろ しょくひん</small> 赤色の食品	<small>きいろ しょくひん</small> 黄色の食品	<small>みどりいろ しょくひん</small> 緑色の食品	I礼ギ- (kcal)	
		<small>みんなのちにく</small> ほねになるたべもの	<small>ねつやちからのもとにな</small> るたべもの	<small>からだのちようしを</small> ととのえるたべもの		
11 金	<small>ごはん ぎゅうにゅう</small> すきやき	<small>ぎゅうにゅう</small> ぶたにく やきどうふ	<small>ごはん</small> こんにやく ぶ さとう あぶら	<small>たまねぎ にんじん はくさい</small> えのきたけ たけのこ ねぎ	672	
	<small>さばのぎんがみやき</small> はるキャベツとだいずのサラダ	<small>さば みそ</small> だいず まぐろ	<small>こめこ さとう</small> ごまドレッシング	<small>キャベツ きゅうり</small>		
	<small>きんめげんまいごはん ぎゅうにゅう</small> ほうれんそうとコーンの クリーミーカレー	<small>ぎゅうにゅう</small> とりにく とうにゅう	<small>きんめげんまいごはん</small> じゃがいも あぶら	<small>たまねぎ にんじん</small> ほうれんそう とうもろこし マッシュルーム トマト しょうが にんにく		691
	<small>ハートがたミートコロッケ</small>	<small>とりにく ぶたにく</small>	<small>じゃがいも パンこ こむぎこ</small> でんぶん さとう あぶら	<small>たまねぎ</small>		
<small>ゆうやけいろのフレンチサラダ</small>		<small>フレンチドレッシング</small> マヨネーズ	<small>キャベツ ブロッコリー</small> えだまめ あかピーマン			
 卒業のお祝い献立 						
<small>ぞつぎょう</small> <small>いかに</small> <small>こんだて</small> 卒業のお祝い献立 <small>ごめ</small> <small>ま</small> <small>ま</small> <small>もち米にあずきを混ぜて炊いた赤飯は、お祝いの時に食べられます。</small>						
15 火	<small>せきはん(ごま油) ぎゅうにゅう</small> さくらのすましる	<small>ぎゅうにゅう</small> とうふ さくらがたかまぼこ おいわいかまぼこ	<small>せきはん ごま</small>	<small>にんじん みつば だいこん</small> たまねぎ えのきたけ	560	
	<small>わふうハンバーグのあまみそかけ</small>	<small>ぶたにく とりにく</small> ぎゅうにく あわせみそ あかみそ	<small>パンこ さとう</small>	<small>れんこん たまねぎ</small>		
	<small>こうはくゆかりあえ</small> ぎらずあげ	<small>おから</small>	<small>こむぎこ さとう あぶら</small>	<small>はくさい にんじん ゆかりこ</small>		
<small>ねんせいさいご きょうしゅく</small> ～6年生最後の給食～						
16 水	<small>とりめし ぎゅうにゅう</small>	<small>ぎゅうにゅう とりにく</small> あぶらあげ	<small>ごはん さとう</small>		636	
	<small>ふわふわたまごのかきたまじる</small>	<small>たまご かまぼこ</small>	<small>ぶ でんぶん</small>	<small>たまねぎ にんじん とうがん</small> ぶなしめじ ねぎ		
	<small>れんこんサンドフライ</small> おいわいクレープ	<small>とりにく</small> とうにゅう	<small>パンこ でんぶん あぶら</small> さとう あぶら こめこ	<small>れんこん たまねぎ しいたけ</small> いちご		
	<small>のうこうみそラーメン ぎゅうにゅう</small> (ちゅうかめん ラーメンスープ)	<small>ぎゅうにゅう ぶたひきにく</small> なるとまき しろみそ あかみそ とうにゅう	<small>ちゅうかめん ごまあぶら</small> でんぶん さとう	<small>たまねぎ たけのこ にんじん</small> キャベツ きくらげ ねぎ しょうが にんにく		654
<small>はるいろしゅうまい(2こ)</small>	<small>たら</small>	<small>パンこ でんぶん さとう</small> あぶら	<small>たけのこ キャベツ</small>			
<small>こうみねぎしおサラダ</small>	<small>ハム かんてん</small>	<small>ねぎごまドレッシング</small>	<small>もやし きゅうり</small>			
 <small>まいつき</small> <small>にち</small> 毎月19日は 『食育の日』 						
<small>ねんせいさいご きょうしゅく</small> ～1～5年生最後の給食～						
22 火	<small>デミチキンライス ぎゅうにゅう</small>	<small>ぎゅうにゅう とりにく</small>	<small>ごはん あぶら</small>	<small>たまねぎ にんじん</small> さやいんげん トマト	654	
	<small>はるいろスープ</small>	<small>ウインナー</small>	<small>かぼちゃだんご</small> ほうれんそうだんご あぶら	<small>キャベツ にんじん たもぎたけ</small> とうもろこし パセリ		
	<small>いかクリスピー</small>	<small>いか</small>	<small>でんぶん こむぎこ さとう</small> あぶら			
	<small>ひとくちさくらゼリー</small>		<small>さとう</small>	<small>レモンかじゅう</small>		



☆6年生は16日、1～5年生は22日で給食終了です。
☆都合により、献立・材料等が変わることがあります。

14回(6年生:12回)

いちねんかん きょうしゅく かえ
一年間の給食をふり返ろう!



この一年間の給食について、以下チェックをもとにふり返ってみましょう。

★ 給食ふり返りチェック ★

- ① 食事前後の手洗いがしっかりとできた はい・いいえ
- ② 心をこめて食事のあいざつができた はい・いいえ
- ③ マナーを守って楽しく食事をした はい・いいえ
- ④ 苦手な食べ物もがんばって食べた はい・いいえ
- ⑤ 感謝の気持ちで食べることができた はい・いいえ

「はい」の数はいくつでしたか？

ねんせい ちゅうがっこう きょうしゅく
6年生のみなさん、中学校でも給食を
しっかり食べ、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、
一日3食、バランスのよい食事を心がけ、
元気に新学期を迎えましょう。



しんねんど きょうしゅく
新年度の給食は4月13日から始まります。
