



日	献立メモ	献立	牛乳	赤の仲間・ 血や肉になる	黄の仲間・ 熱や力の元になる	緑の仲間・ 体の調子を整える
3月	3/1デコボンの日 ひなまつり	ちらし寿司 菜の花のお浸し すまし汁 デコボン	○	牛乳,だし昆布,油揚げ,むきえび, 刻みのり,絹ごし豆腐,生わかめ	米,砂糖	干し椎茸,かんぴょう,水菜,菜の花, もやし,えのきたけ,小松菜,デコボン
4火		ミルクパン マカロニグラタン レンコンチップサラダ 野菜スープ	○	牛乳,鶏肉,牛乳,生クリーム, ピザチーズ,調製豆乳	ミルクパン,油,マカロニ,小麦粉, バター,乾パン粉,砂糖,じゃがいも, ノンエッグマヨ	玉葱,人参,マッシュルーム,れんこん, もやし,キャベツ,にんにく,レモン,白菜, えのきたけ,ホールコーン,小松菜
5水	6年生▶ リクエスト	カレーライス▶ 鶏肉のから揚げ▶ サイダーボンチ▶	○	牛乳,豚肉,鶏モモ肉	米,油,じゃがいも,砂糖,小麦粉,バター, でんぷん	にんにく,生姜,玉葱,人参,みかん缶, パン缶,ナタデココ
6木		ごはん(木島平) 和風おろしハンバーグ 小松菜のゆず和え 細切り昆布の五目汁	○	牛乳,豚挽肉,押し豆腐,鶏モモ肉, 木綿豆腐,細切り昆布,けずり	米,油,砂糖,でんぷん	玉葱,人参,大根,小松菜,もやし,ねぎ, ゆず果汁,ぶなしめじ,たけのこ
7金	6年生▶ リクエスト	キムチうどん▶ 野菜チップ▶ いちご	○	牛乳,豚モモ肉,けずり,赤味噌,白味噌	冷凍うどん,さつまいも,じゃがいも,油	キムチ,大根,人参,白菜,ねぎ,かぼちゃ, いちご
10月		ごはん 鶏肉のノルウェー風 キャベツと昆布のさっぱり和え じゃがいもとわかめのみそ汁	○	牛乳,鶏モモ肉,細切り昆布,生わかめ, 赤味噌,白味噌,けずり	米,でんぷん,油,砂糖,じゃがいも	キャベツ,人参,玉葱
11火		カレーピラフ ハニエサラダ きのこのスープ オレンジ(旬の柑橘)	○	牛乳,豚挽肉,絹ごし豆腐	米,オリーブ油,油,じゃがいも, はちみつ	玉葱,人参,マッシュルーム,もやし, キャベツ,グリーンピース,生しいたけ, ぶなしめじ,えのきたけ,ほうれんそう, オレンジ
12水	6年生▶ リクエスト	しょうゆラーメン▶ 揚げいもち 中華海菜サラダ	○	牛乳,豚ばら肉,生わかめ	蒸し中華めん,油,じゃがいも, でんぷん,ごま油,砂糖	にんにく,生姜,人参,キャベツ,ねぎ, もやし
13木		ごはん 鯖の味噌煮 白菜と小松菜のお浸し けんちん汁	○	牛乳,鯖,赤味噌,木綿豆腐,油揚げ	米,三温糖,砂糖,油,こんにゃく, じゃがいも	生姜,白菜,小松菜,ぶなしめじ,ごぼう, 人参,大根,ねぎ
14金	ホワイトデー	いちごパンケーキ かぼちゃシチュー▶ フレンチサラダ	○	牛乳,調製豆乳,鶏モモ肉,牛乳, 生クリーム	プレミックス粉,油,小麦粉,バター, 砂糖	いちご,いちごソース,玉葱,人参, かぼちゃ,キャベツ,小松菜
17月	6年生▶ リクエスト	揚げパン▶ じゃがいものタルト マカロニサラダ かぶとにんじんのスープ	○	牛乳,ベーコン,生クリーム,鶏肉, ダイスチーズ	コッペパン,グラニュー糖,油,バター, じゃがいも,マカロニ,ノンエッグマヨ, 砂糖	小松菜,玉葱,人参,もやし,かぶ,かぶ(葉)
18火		にんにくチャーハン ポテトか揚げ ハンサンスー	○	牛乳,豚肉,ベーコン,たご,青のり, ロースハム	米,バター,油,じゃがいも,でんぷん, 春雨,ごま油,砂糖	にんにく,葉ねぎ,紅生姜,ねぎ,キャベツ, 小松菜,人参,もやし
19水	6年生▶ リクエスト	スパゲティナポリタン▶ 白菜とベーコンのスープ つぶつぶみかんゼリー▶	○	牛乳,ウィンナーソーセージ,ベーコン, アガー	スパゲッティ,油,砂糖	にんにく,人参,玉葱,ピーマン,白菜, 万能ねぎ,みかんジュース,みかん缶
21金	卒業・進級 お祝い献立	お赤飯 鱈の照り焼き 小松菜のお浸し すまし汁 いちご	○	牛乳,あずき,ぶり,絹ごし豆腐	米,もち米,黒ごま,でんぷん	生姜,小松菜,もやし,人参,えのきたけ, ねぎ,いちご

※行事や仕入れの都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。※学校給食で使用する食材の安全確保に努めております。
※今月の平均栄養量 エネルギー600kcal, たんぱく質23.0g, 脂質21.7g, 食塩相当量2.7g ▶マークは、6年生のリクエスト献立です。

ご卒業 おめでとうございます!

2月に6年生が家庭科の授業で考えた給食の献立を実施しました。栄養バランスや旬などを考え、献立を立てました。実際の写真です。

2/3(月)
6-3

「食べる時には
せつぷ〜ん」



2/19(水)
6-1

「Haruhito presents
〜中華は三小を救う〜」



2/27(木)
6-2

「和食製作委員会」



6年生が選ぶ給食ベスト1

3月は卒業を記念して、6年生のリクエスト給食です。(給食委員会がアンケートをとって、集計してくれました。) どちらのクラスもカレーライスが人気でした。楽しみにしててください。これからも「食」を楽しんで、大きく成長して行ってほしいです。ご卒業おめでとうございます!

6-1
主食

第1位 スパゲティナポリタン
第2位 キムチうどん
第3位 カレーライス

おかず

第1位 かぼちゃシチュー
第2位 揚げア
第3位 野菜チップ

デザート

第1位 サイダーボンチ

6-2
主食

第1位 カレーライス
第2位 みそラーメン
第3位 ココア揚げパン

おかず

第1位 野菜チップ
第2位 揚げア
第3位 クリームシチュー

デザート

第1位 サイダーボンチ

6-3
主食

第1位 しょうゆラーメン
第2位 カレーライス
第3位 揚げパン(さとう)

おかず

第1位 野菜チップ
第2位 かぼちゃシチュー
第3位 鶏のからあげ

デザート

第1位 サイダーボンチ