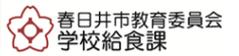




3月 小学校給食こんだて表

今月の献立表はホームアンドスクールにも配信をしています。

今月のこんだて目標 **好き嫌いなく楽しくおいしく食べよう**



日 曜	こんだて名	主な材料とその働き							
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる			
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		魚・肉・卵・大豆など	牛乳・小魚・海藻など	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いもなど	油脂・種実など		
タンパク質		無機質		ビタミン・無機質		炭水化物		脂質	
1 水	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ			
	マーボどうふ	とうふ ぶたにく まめみそ		にんじん	たけのこ にんにく	ねぎ しょうが	さとう	でんぷん	
	しろみぎかなの あまずあんかけ	ほき		あかパプリカ	たまねぎ		さとう	こめこぼんこ でんぷん	こめあぶら
	いよかん				いよかん				
2 木	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ			
	だごじる	とうふ とりにく		にんじん	はくさい だいこん	ねぎ ぶなしめじ しいたけ	すいとん		
	まぐろのあまからに きざみたくあん	まぐろあぶらづけ			キャベツ しょうが		さとう		
	てまきのり		のり		だいこん		さとう		
3 金	ソフトめん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ソフトめん			
	くろきくらげいり ちゅうかあんかけ	ぶたにく えび		にんじん	たまねぎ たけのこ	キャベツ しょうが	さとう	でんぷん	ごまあぶら
	パンバンジーサラダ	とりにく			きゅうり	とうもろこし	さとう		しろごま ごまあぶら
	ひしもち						もち	さとう	
6 月	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ			
	おにしめ	とりにく さつまあげ		にんじん さやいんげん	こんにゃく たけのこ	ごぼう しいたけ	さといも	さとう	
	かつおのおかか きゅうりのゆかりあえ	かつお		あかしそ	きゅうり		さとう		
	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう				こめ		
7 火	えがのお ビーフカレーシチュー	ぎゅうにく とうにゅう		にんじん	たまねぎ にんにく	マッシュルーム	じゃがいも カレールウ		
	なばなのサラダ	まぐろあぶらづけ		なばな にんじん	キャベツ	とうもろこし	さとう		オリーブゆ
	ヒレカツ(6年生のみ)	ぶたにく					パンこ	でんぷん	こめあぶら
	れんこんチップス (6年生のみ)					れんこん			こめあぶら
いちごゼリー					いちご	さとう			
8 水	スライスパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン			
	だいずとチキンのトマトに	だいず とりにく		にんじん トマト	たまねぎ とうもろこし	マッシュルーム セロリ	さとう		
	じゃがいもと ベーコンのいためもの	ベーコン		さやいんげん	たまねぎ		じゃがいも		バター
	みかんジャム				みかん		さとう		
9 木	わかめごはん ぎゅうにゅう		わかめ ぎゅうにゅう			こめ			
	さわにわん	ぶたにく かまぼこ		にんじん こまつな	たけのこ	ごぼう	ながいも		
	かきあげ			にんじん みつば	たまねぎ		こむぎこ		だいずあぶら こめあぶら
	ほうれんそうのあえもの			ほうれんそう	はくさい		さとう		
10 金	むぎごはん はっこうにゅう		はっこうにゅう			こめ おおむぎ			
	こうやどうふのたまごとじ	たまご とりにく かまぼこ こうやどうふ		にんじん さやいんげん	たまねぎ		じゃがいも	さとう	
	たらぎんがみやき	たら みそ					さとう		ドレッシング
	キャベツと きりぼしだいこんのごまあえ	はなかつお			キャベツ きりぼしだいこん				しろごま
13 月	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ			
	ぶたじる	とうふ ぶたにく まめみそ		にんじん	だいこん	ねぎ	さといも		
	ちくわのおこのみあげ(2こ)	ちくわ	あおのり		しょうが		こむぎこ	でんぷん	こめあぶら
	もやしとひじきのあえもの		ひじき		もやし		さとう		
14 火	クロワッサン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン			
	ミートソースペンネ	ぶたにく だいず		トマト にんじん パセリ	たまねぎ にんにく	マッシュルーム	マカロニ	さとう	オリーブゆ
	ブロッコリーサラダ	とりにく		ブロッコリー	キャベツ	きゅうり	さとう		サラダゆ
	ブルー				ブルー				

6年生お楽しみ給食
トッピングつき!
ヒレカツ、
れんこんチップス

日 曜	3月 こんだて名	主な材料とその働き					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群 魚・肉・卵・大豆など	2群 牛乳・小魚・海藻など	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いもなど	6群 油脂・種実など
		タンパク質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質
15 水	ごはん ぎゅうにゅう あつあげカレーどんのぐ あいちのやさいはるまき しらぬい	なまあげ ぶたにく かまぼこ	ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	たまねぎ	こめ でんぷん	
16 木	ごはん ぎゅうにゅう にくじゃが おひたし ヨーグルト	ぶたにく かまぼこ	ぎゅうにゅう しらすばし	にんじん ほうれんそう	たまねぎ こんにやく グリーンピース もやし はくさい	こめ じゃがいも さとう さとう	
17 金	せきはん ぎゅうにゅう みつばいりごもくじる えびフライ わふうサラダ こめことうにゅう プリンタルト	とうふ とりにく かまぼこ えび とうにゅう	ぎゅうにゅう	にんじん みつば にんじん	だいこん しいたけ キャベツ	こめ あずき パンこ こむぎこ さとう こめこ	こめあぶら ドレッシング ショートニング
20 月	お卒業式						
22 水	むぎごはん ぎゅうにゅう すきやき あつやきたまごの おろしだれかけ かたぬきチーズ	ぎゅうにく やきどうふ たまご	ぎゅうにゅう	にんじん	はくさい こんにやく ねぎ エリンギ だいこん	こめ おおむぎ かくふ さとう さとう でんぷん	
23 木	ごはん ぎゅうにゅう しろみそしる とりのたつたあげ きゅうりのしおこんぶあえ ココアぎゅうにゅうのもと	とうふ こめみそ とりにく	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん こまつな	だいこん きゅうり	こめ じゃがいも でんぷん さとう	こめあぶら ココア

- ① 都合により献立を変更する場合があります。 ② すべての食材を表記しているものではありません。 ③ 主食となるめん類は前日に製造しています。 ④ ♪マークは、食缶・フライ缶のおかず、特定原材料7品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生）を使用していない献立です（調味料を除く）。

くまもとけん きょうどりょうり
熊本の郷土料理

2日（木）
だご汁



熊本弁で「だんご」のことを「だご」と言うので、だんごの入ったしょうゆ仕立ての汁物を「だご汁」と言います。だご汁は、手軽に作れて、腹持ちも良いので、昔から食べ親しまれてきました。
また小麦粉と水で練って作っただんごは、「すいとん」ともよばれています。

こんげつ しょうかい
今月のこんだて紹介

17日（金）
卒業お祝い献立

おめでたい席や、すこやかな成長と将来の幸せを願うときに、赤飯を炊いてお祝いします。小豆の赤色は、おめでたい色、悪い事を遠ざける色とされてきました。
みなさんと、1年間をふり振り返りながら、6年生の卒業をお祝いしましょう。



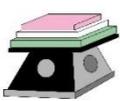
ねんせい たの きゅうしょく
6年生お楽しみ給食

7日（火）

クラスの仲間と食べる給食も残りわずかですね。7日の給食では、6年生には、カレーシチューのトッピングにヒレカツとれんこんチップスをつけています。
いつものえがのおのビーフカレーシチューと一緒に楽しんでください。

ひなまつり

3日（金）ひしもち



みつば

野生のみつばは、春が旬の野菜です。かおりが強く、和食料理の味を引き立てるので、昔から薬味としても使われてきました。今では、ハウスでの栽培もできるようになり、1年中食べられます。
スポンジに種をまき、肥料と水を与えると、青々としたおいしいみつばが育ちます。



給食費のお知らせ	単価	月	日数	予定金額	納期限（口座振替）
	245円	2月分	19	4,655円	令和5年3月31日（金）
		3月分	15	3,675円	令和5年5月1日（月）

- ※ 口座への入金、納期限（口座振替日）の前日までにお願いします。
※ 給食提供日の4日前（土日等、給食を実施しない日を除く。）までに学校に休みの連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。

春日井市のホームページで、アレルギー献立表が見られます。

