

日	曜日	主食	こんだて	赤のなかまの食品		黄のなかまの食品		みどりのなかまの食品		エネルギー	
				ち・にく・ほねになる		ねつやちからになる		体のちょうしをととのえる		たんぱく質 脂質 行事食等	
1	水	白ごはん	ハタハタ米粉あげ なの花あえ すきやきふうに	牛乳 ハタハタ 牛肉 やき豆腐	白ごはん ごま こめこ くるまふ 油 さとう	白ごはん ごま こめこ くるまふ 油 さとう	キャベツ こんにやく なばな にんじん ホールコーン ねぎ たまねぎ はくさい	659 Kcal 27 g 23 g			
2	木	白ごはん	ひじきハンバーグ かつおぶしとブロッコリーのあえもの 豚汁	牛乳 豆腐 牛肉 かつおぶし ぶた肉 ひじき 大豆ミート みそ	白ごはん さつまいも パンこ ごま さとう	白ごはん さつまいも パンこ ごま さとう	たまねぎ だいこん ブロッコリー ねぎ にんじん ごぼう	681 Kcal 29 g 21 g			
3	金	すし飯 (減)	ちらしずし 春巻き とうふのすまし汁 ひなゼリー	牛乳 うすあげ たまご とうふ	すし飯 油 さとう てまりふ はるまき ゼリー	すし飯 油 さとう てまりふ はるまき ゼリー	かんぴょう むきえだまめ にんじん えのきたけ ほししいたけ ねぎ れんこん	745 Kcal 21 g 25 g		ひなまつり給食	
6	月	塩入ごはん (減)	手巻き天むす キャベツのゆかり和え 味噌煮込みうどん	牛乳 うすあげ えびてん やきかまぼこ のり みそ とり肉 赤だしみそ	白ごはん うどん 油 かたくりこ さとう	白ごはん うどん 油 かたくりこ さとう	キャベツ にんじん きゅうり ねぎ ゆかりこ ほししいたけ だいこん	641 Kcal 28 g 17 g		旅する給食(愛知)	
7	火	白ごはん	魚フライ ラタトゥイユ 白山冬野菜クリームシチュー	牛乳 鮭 とり肉 ベーコン	白ごはん さといも てんぷらこ オリーブ油 パンこ さとう 油 バター じゃがいも	白ごはん さといも てんぷらこ オリーブ油 パンこ さとう 油 バター じゃがいも	にんじん れんこん たまねぎ にんにく トマト ブロッコリー ズッキーニ	707 Kcal 31 g 22 g		6年D組オリジナル給食	
8	水	コッペパン	揚げパン チキンとやさいのスープ ぶどうゼリー	牛乳 ぶどうゼリー きなこ とり肉 ベーコン	コッペパン 油 さとう じゃがいも	コッペパン 油 さとう じゃがいも	たまねぎ キャベツ にんじん セロリ にんにく	617 Kcal 24 g 24 g			
9	木	白ごはん	焼き肉手巻き コーンかきたまスープ のり	牛乳 とうふ 牛肉 てまきのり たまご ベーコン	白ごはん ごま油 ごま さとう かたくりこ	白ごはん ごま油 ごま さとう かたくりこ	にんにく ニラ ねぎ しょうが えのきたけ クリームコーン コーン	667 Kcal 26 g 25 g			
10	金	バターライ ス (減)	アニマルお絵描きオムライス アニマルポトフ ケチャップ アニマルチーズ	牛乳 たまご ウインナー チーズ とり肉	バターライス じゃがいも 油 さとう バター	バターライス じゃがいも 油 さとう バター	にんじん だいこん たまねぎ はくさい コーン トマト	658 Kcal 25 g 21 g		オリジナル給食	
13	月	白ごはん	魚屋さんのししゃもフライ はちみつレモンサラダ ルドルフのクリームシチュー	牛乳 ロースハム ししゃも とり肉	白ごはん はちみつ じゃがいも パンこ こめこ バター 生クリーム	白ごはん はちみつ じゃがいも パンこ こめこ バター 生クリーム	キャベツ たまねぎ きゅうり いんげん ホールコーン にんじん	689 Kcal 27 g 22 g		おはなし給食	
14	火	白ごはん	鶏の竜田揚げ 白山ブロッコリーとツナのサラダ 木滑なめこと白山ねぎの赤だしみそ汁	牛乳 みそ とり肉 あかだしみそ ツナ ぶた肉	白ごはん さとう ごま油 ごま かたくりこ 油	白ごはん さとう ごま油 ごま かたくりこ 油	しょうが にんじん ねぎ ブロッコリー にんにく キャベツ だいこん たまねぎ なめこ	611 Kcal 28 g 20 g			
15	水	赤飯	ヒレカツ ケチャップソース マカロニサラダ 紅白すまし汁 お米のケーキ	牛乳 あられふかし ぶた肉 ロースハム とうふ	赤飯 さとう てんぷらこ マカロニ 油 たまごなしマヨネーズ パンこ おこめケーキ	赤飯 さとう てんぷらこ マカロニ 油 たまごなしマヨネーズ パンこ おこめケーキ	キャベツ たまねぎ きゅうり えのきたけ いとみつば	739 Kcal 30 g 25 g		卒業祝い給食	
16	木	麦ごはん (増)	ビーフカレー フルーツヨーグルト	牛乳 牛肉 チーズ ヨーグルト	麦ごはん こむぎこ じゃがいも バター 油 カレールウ	麦ごはん こむぎこ じゃがいも バター 油 カレールウ	たまねぎ みかん缶 にんじん パイン缶 にんにく もも缶 しょうが いちご	811 Kcal 23 g 26 g			
17	金	卒業式									
20	月	麦ごはん (減)	てりやきチキン しらすのペペロンチーノ オニオンスープ ふりかけ	牛乳 とり肉 ちりめんじゃこ ぶた肉	麦ごはん オリーブ油 さとう 油 かたくりこ スパゲティ	麦ごはん オリーブ油 さとう 油 かたくりこ スパゲティ	たまねぎ えのきたけ こまつな にんにく にんじん	604 Kcal 27 g 15 g		6年生給食なし	
21	火	春分の日									
22	水	フォカッチャ	ウインナー やきそば もやしのスープ	牛乳 かつおぶし ウインナー あおのりこ ぶた肉 みそ とり肉	フォカッチャ 油 焼きそばめん ごま油	フォカッチャ 油 焼きそばめん ごま油	にんじん チンゲンサイ たまねぎ にんにく キャベツ もやし	605 Kcal 28 g 23 g		6年生給食なし	
23	木	麦ごはん (減)	鉄骨ライス 大豆とじゃがいものりしお みそおでん	牛乳 あおのりこ あさり 大豆 こんぶ わかめ ちくわ みそ あつあげ うずらたまご	麦ごはん ごま さとう 油 じゃがいも さといも かたくりこ	麦ごはん ごま さとう 油 じゃがいも さといも かたくりこ	しょうが だいこん にんじん にんにく こんにやく	739 Kcal 30 g 25 g		6年生給食なし	
24	金	ターメリ ック ライス (減)	カレーピラフ メンチカツ ミネストローネ ヨーグルト	牛乳 メンチカツ とり肉 ヨーグルト ベーコン ぶた肉	ターメリックライス バター オリーブ油 さとう マカロニ 油 じゃがいも	ターメリックライス バター オリーブ油 さとう マカロニ 油 じゃがいも	ピーマン にんにく にんじん トマト たまねぎ セロリ	669 Kcal 25 g 20 g		6年生給食なし	

※ 牛乳は毎日つきます。

※ 都合により献立の内容を一部変更する場合があります。

食塩量 1月平均2.3g

