



日 曜	献立名				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 たんぱく質	
	主食	牛乳	主菜 副菜 汁物 その他	体をつくる	熱や力になる	体の調子をととのえる	脂質		
							行事食等		
1 金	ひなまつり ちらしずし	牛乳	とりのから揚げ おひたし すまし汁 ひなゼリー	きんしたまご 牛乳 とりにく かつおぶし とうふ あさり	米 あぶら さとう こめこ かたくりこ てまりふ	にんじん かんぴょう みつば こまつな ほしいいたけ キャベツ なののはな たけのこ水煮 えのきたけ れんこん	716 30 23	Kcal g g	おはなし給食
4 月	むぎごはん	牛乳	ししゃものごま揚げ みそきんぴら かやくうどん	さつまあげ 牛乳 みそ ししゃも とりにく うすあげ	米 麦 ごま こむぎこ あぶら こめこ うどん ごまあぶら さとう	にんじん ごぼう ねぎ いんげん こんにやく こまつな たまねぎ ほしいいたけ	671 26 18	Kcal g g	
5 火	キャロット パン	牛乳	とりにくのカレーグラル だいこんサラダ クラムチャウダー	とりにく 牛乳 ツナ くきわかめ かつおぶし ベーコン あさり	キャロットパン ごま さとう あぶら じゃがいも パター こめこ	にんじん だいこん パセリ きゅうり たまねぎ しめじ	712 32 30	Kcal g g	
6 水	むぎごはん	牛乳	鯖のみそ煮 はりはりづけ 沢煮わん	さば 牛乳 みそ あかだしみそ ぶた肉	米 麦 さとう ごま	こまつな ねぎ たけのこ水煮 にんじん しょうが えのきたけ みつば きりぼしだいこん ごぼう	679 26 25	Kcal g g	
7 木	ごまきなこ あげパン	牛乳	カリカリベーコンサラダ コーンかきたまスープ	きなこ 牛乳 ベーコン とりにく とうふ たまご	ミルクロール あぶら さとう ごま かたくりこ	ブロッコリー キャベツ しめじ にんじん きゅうり ほうれんそう たまねぎ コーン	615 26 25	Kcal g g	
8 金	エッグ カレー	牛乳	ふるふるゼリー	ぎゅう肉 牛乳 うずらたまご チーズ	米 麦 あぶら じゃがいも パター こむぎこ カレールウ あわせるゼリー	にんじん にんにく みかん トマト しょうが パイン たまねぎ りんご	799 21 24	Kcal g g	
11 月	わかめ ごはん	牛乳	とりのたつた揚げ ナムル みそラーメン	とりにく 牛乳 ぶた肉 わかめ あさり みそ	米 麦 あぶら かたくりこ ごまあぶら さとう ごま ラーメン	こまつな しょうが ねぎ にんじん もやし にんにく キャベツ コーン	738 30 25	Kcal g g	
12 火	メロンパン	牛乳	ハムサラダ ポークビーンズ	ロースハム 牛乳 だいず ぶた肉	ミルクロール パター ホットケーキミックス オリーブ油 さとう ひよこまめ じゃがいも	赤ピーマン キャベツ セロリ にんじん きゅうり たまねぎ トマト コーン ブロッコリー にんにく	721 27 23	Kcal g g	
13 水	白ごはん	牛乳	鮭のピリ辛焼き ひじきの炒り煮 かき玉みそしる	さけ 牛乳 さつまあげ ひじき たまご みそ	米 麦 あぶら さとう あぶら	にんじん りんご れんこん いんげん ねぎ こんにやく こまつな にんにく たまねぎ しょうが だいこん なめこ	604 30 15	Kcal g g	
14 木	おせきはん	牛乳	ひれカツ タルタルサラダ 紅白すまし汁 お祝いケーキ	ぶた肉 牛乳 たまごスプレッド とうふ ふかし	米 もち米 あぶら あずき ケーキ 卵なしマヨネーズ てんぷらこ マカロニ 黒ごま パンこ さとう	にんじん キャベツ ほうれんそう きゅうり えのきたけ ねぎ	731 30 22	Kcal g g	卒業お祝い給食
15 金	卒業式								
18 月	衣笠 どんぶり	牛乳	水菜の磯香和え 湯葉のおすまし	うすあげ 牛乳 たまご のり とりにく 糸かまぼこ とうふ ゆば	米 麦 さとう かたくりこ てまりふ	にんじん たまねぎ なめこ みずな ねぎ みつば はくさい えのきたけ	626 28 19	Kcal g g	世界遺産給食
19 火	むぎごはん	牛乳	カップメンチカツ クリームポテト コンソメジュリアン	ぶた肉 牛乳 ぎゅう肉 大豆ミート ベーコン	米 麦 オリーブ油 パンこ パター じゃがいも	にんじん たまねぎ パセリ セロリ キャベツ	669 25 20	Kcal g g	
20 水	むぎごはん	牛乳	堅豆腐の肉みそがけ 塩こうじ和え 白山豆乳汁	かたどうふ 牛乳 とりにく みそ とうにゅう ぶた肉	米 麦 あぶら かたくりこ ごま こむぎこ さとう	にんじん しょうが ほしいいたけ にんにく はくさい キャベツ きゅうり なめこ だいこん ねぎ	648 27 20	Kcal g g	
21 木	春分の日								
22 金	オムライス	牛乳	カレーポトフ デザート ケチャップ小袋	とりにく 牛乳 オムライスシート ぶた肉 フランクフルト	米 麦 パター じゃがいも あぶら カップデヤクルト カレールウ	トマト たまねぎ ピーマン だいこん にんじん こまつな	732 26 25	Kcal g g	

※ 都合により献立の内容を一部変更する場合があります。

※ 主な食材料名は、食品の栄養的な働きにより、赤、黄、緑のグループに分けて記載してあります。

〈おはなしから とびだした！ りょうり〉

毎月1回、図書館と給食のコラボ企画として、絵本や童話などのおはなしの中からおいしそうなお料理が給食に登場しました。できるだけ原作に近づくように、材料や作り方もこだわっておいしく調理しましたが、お話の世界に入り込んで食べている気持ちになれましたか？

〈世界遺産味めぐり〉

毎月1回、日本の世界遺産22か所の遺跡、景観、自然をイメージして、その地域の特産物にちなんだ食材や料理を給食で表現した給食を通して、日本の素晴らしさを知りたいことを目的に給食を作ってきました。日本各地の世界遺産に興味を持ち、その地域の食べ物などがわかりましたか？

