

日	曜日	主食	牛乳	献立名	赤の食品 体をつくるものになる	黄の食品 エネルギーのもとになる	緑の食品 体の調子を整える	1食当たり栄養価		
								エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)
1	金	すし飯	牛乳	ひなまつり寿司 さわらの西京(さいきょう)焼き 菜の花のおひたし すまし汁	牛乳、うすあげ、たまご、さわら、きぬどうぶ	すしめし、さとう、白ごま、ひなあられ	にんじん、ほししいたけ、れんこん、えだまめ、なのはな、はくさい、えのき、たけのこ、ねぎ	573	22.9	15.6
4	月	ごはん	牛乳	とりにくのてりやき 小松菜のごますあえ じゃが芋のそぼろ煮	牛乳、とりにく、ぶたひきにく	ごはん、水あめ、でんぷん、さとう、すりごま、あぶら、じゃがいも	こまつな、もやし、にんじん、しょうが、たまねぎ、いんげん	634	24.2	18.8
5	火	むぎめし	牛乳	ソースかつどん けんちん汁	牛乳、ぶたにく、たまご、もめんどうぶ	むぎごはん、こむぎご、パン粉、あぶら、さとう、白ごま、ごまあぶら	キャベツ、にんじん、だいこん、たまねぎ、ごぼう、ねぎ	671	24.0	22.8
6	水	米粉パン	牛乳	焼きハンバーグ キャベツとツナのサラダ コンソメスープ	牛乳、ハンバーグ、ツナ、とりにく	こめこパン、ドレッシング、じゃがいも	キャベツ、コーン、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ	648	30.4	23.6
7	木	ごはん	牛乳	はたはたからあげ れんこんサラダ カレーうどん	牛乳、ハタハタ、ハム、ぶたにく	ごはん、あぶら、さとう、すりごま、米粉うどん、カレールー	れんこん、にんじん、きゅうり、しょうが、たまねぎ、ねぎ	675	22.7	18.5
8	金	ごはん	牛乳	さけのしおやき きんぴらごぼう さつまい	牛乳、さけ、さつまい、とりにく、みそ	ごはん、さとう、ごまあぶら、白ごま、さつまいも	しょうが、ごぼう、にんじん、さやいんげん、はくさい、たまねぎ	565	25.7	12.4
11	月	むぎめし	牛乳	カレーライス コーンサラダ	牛乳、ぶたにく、チーズ	むぎごはん、あぶら、じゃがいも、こむぎご、バター、カレールー、オリーブ油、さとう	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、りんご、キャベツ、きゅうり、コーン	697	20.3	21.2
12	火	ごはん	牛乳	ホキのしおこうじやき ひじきのいりに れんこんのすりながしみそる プリン	牛乳、ホキ、ひじき、だいず、とりにく、うすあげ、みそ	ごはん、あぶら、さとう、ごまあぶら、プリン	しょうが、にんじん、いんげん、れんこん、ねぎ	609	24.8	15.8
13	水	ミルクロール	牛乳	オムレツ パンネ ミートソース はるキャベツのチャウダー 紫芋チップス	牛乳、たまご、ぶたひきにく、レンズまめ、ベーコン、なまクリーム、	ミルクロール、パンネ、オリーブ油、さとう、じゃがいも、あぶら、米粉、バター、むらさきいもチップス	たまねぎ、にんにく、マッシュルーム、トマト、にんじん、キャベツ、パセリ	642	25.3	25.3
14	木	ゆかりごはん	牛乳	とりのからあげ はくさいのあさづけ とうふのすまし汁 お祝いデザート	牛乳、とりにく、こんぶ、きぬどうぶ、かまぼこ	ごはん、でんぷん、あぶら、いちごゼリー	しょうが、はくさい、きゅうり、にんじん、たまねぎ、こまつな	647	23.0	22.4
15	金	卒業式(そつぎょうしき)								
18	月	ごはん	牛乳	チャブチェ わかめスープ ヨーグルト	牛乳、ぶたにく、わかめ、きぬどうぶ、ヨーグルト	ごはん、ごまあぶら、はるさめ、さとう、白ごま	しょうが、にんにく、たけのこ、ほししいたけ、はくさい、キムチ、にら、にんじん、たまねぎ、もやし	598	22.2	15.2
19	火	ごはん	牛乳	さばのゆず味噌焼き 小松菜のおひたし ちくぜんに	牛乳、さば、みそ、白みそ、とりにく	ごはん、さとう、すりごま、さといも、あぶら、ごまあぶら	ゆずかじゅう、もやし、にんじん、こまつな、れんこん、ほししいたけ、たけのこ、ごぼう、いんげん	610	27.0	18.5
20	水	ツナコントースト	牛乳	やさしいソテー じゃがいものトマトスープ いちご	牛乳、ツナ、ウインナー、とりにく	ミルクしよくパン、マヨネーズ、オリーブ油、じゃがいも、マカロニ	コーン、パセリ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、にんにく、セロリー、トマト、いちご	593	21.8	24.9
21	木	春分の日(しゅんぶんのひ)								
22	金	終業式(しゅうぎょうしき)								

今日は、6年生にとっては小学校で食べる最後の給食になるので、6日(水)にお祝い給食が実施されます。また、事前に6年生だけにリクエスト給食のアンケートをとりました。1位になった献立は12日、13日、14日の給食に出ます。アンケートの結果は次の通りです。

主菜(しゆさい)		デザート	
<6年1組>	<6年2組>	<6年1組>	<6年2組>
1位 とりから揚げ 17人	とりから揚げ 11人	1位 紫いもチップス 8人	プリン 6人
2位 大学芋 2人	魚(さけ) 3人	2位 ゆずゼリー 4人	ゆずゼリー 5人
3位 てり焼き、トンカツなど1人	玉子焼き 2人	3位 スイートポテト 3人	グレープゼリー 4人