



# 令和6年 3月 給食献立表

大田区立田園調布小学校

日	曜	主食・主菜	副菜・デザート	牛乳	(赤の食品) 血や肉になる	(黄の食品) 熱や力になる	(緑の食品) 体の調子を整える	ひとこと
1	金	ちらしずし イカのいそべあげ 行事食～ひな祭り～	すまし汁 おひたし ひなあられ	たまご サケ イカ かまぼこ ちくわ わかめ あぶらあげ 牛乳	米 さとう こむぎこ 油 あられ	たけのこ しいたけ にんじん さやいんげん だいこん えのき 長ねぎ こまつな きゃべつ	<b>今月の給食目標</b> <b>★一年間の反省をしよう</b> (低) 仲良く楽しく食事ができたか考えよう (中) 協力して楽しく食事ができたか考えよう (高) 食事への関心が深まり楽しく食事ができたか考えよう   6年生提案メニュー 6年生が家庭科の学習で考えた献立が給食にです。作成者は、当日の給食の放送でお知らせします。 お楽しみに！ <選択メニュー> 15日の飲み物は、選択メニューです。 A りんごジュース B オレンジジュース を事前を選びます。	
4	月	スパゲッティ バスクトーレ	ポテトフレンチサラダ ピーチゼリー	ベーコン エビ イカ 牛乳	スパゲッティ 油 じゃが芋 こめ粉 さとう	しょうが にんにく 明 びーマン 玉ねぎ にんじん きゅうり トマト マヨネーズ コーン えだまめ ビーダンス		
5	火	ごはん とりのからあげ 6年生提案メニュー	かきたま汁 グリーンサラダ	とりにく たまご とうふ 牛乳	米 麦 油 かたくり粉	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ こまつな 長ねぎ きゃべつ きゅうり ブロッコリー		
6	水	牛丼	けんちん汁 くだもの	ぎゅうにく とりにく あぶらあげ 牛乳	米 麦 油 さとう じゃが芋	しょうが 玉ねぎ ごぼう にんじん だいこん 長ねぎ くだもの		
7	木	きなこあげパン コーンチャウダー	ツナ入りサラダ	ベーコン とりにく てぼう豆 きなこ ツナ 生クリーム 牛乳	コッパン 油 じゃが芋 こめ粉 さとう マカロニ	にんじん 玉ねぎ マヨネーズ コーン パセリ きゃべつ きゅうり		
8	金	ごはん サケのさいきょう やき 6年生提案メニュー	とん汁 もやしサラダ	サケ ぶたにく あぶらあげ みそ 牛乳	米 麦 油 じゃが芋 さとう	しょうが にんじん だいこん ごぼう 長ねぎ もやし きゅうり にんにく		
11	月	こぎつねごはん イカペタン	とうふときのこのスープ	とりにく イカ あぶらあげ とうふ 豆乳 牛乳	米 もち米 油 こむぎこ さとう	にんじん さやいんげん 玉ねぎ えのき 長ねぎ きゃべつ コーン しょうが		
12	火	スペシャルカレーライス	フレンチサラダ くだもの	ぎゅうにく 牛乳	米 麦 油 じゃが芋 米粉	しょうが にんにく セロリ にんじん 玉ねぎ きゃべつ コーン きゅうり くだもの		
13	水	みそラーメン	こくとう大豆	ぶたにく 大豆 みそ 牛乳	ちゅうかめん 油 かたくり粉 さとう	しょうが にんにく にんじん もやし コーン 長ねぎ なら		
14	木	ごはん あげギョーザ 6年生提案メニュー	どさんこ汁 きんぴらごぼう	ぶたにく とりにく あぶらあげ みそ 牛乳	米 麦 油 じゃが芋 ギョーザの皮 かたくり粉	しょうが にんにく だいこん にんじん 玉ねぎ ごぼう たけのこ コーン 長ねぎ きゃべつ なら		
15	金	わかめごはん ブリのてりやき	じゃが芋ととりにくの煮物 いそあえ	ブリ とりにく わかめ のり	米 麦 油 じゃが芋 さとう	しょうが しいたけ にんじん 玉ねぎ さやいんげん こまつな きゃべつ りんご/オレンジジュース		
18	月	シナモントースト ポークビーンズ	マカロニ入りサラダ	ベーコン ぶたにく きんとき豆 大豆 牛乳	コッパン 油 バター さとう こめ粉 じゃが芋 マカロニ	しょうが にんにく セロリ 玉ねぎ にんじん きゅうり トマト マヨネーズ コーン ビーマン きゃべつ		
19	火	チンジャオロースー チゅうかふうきゅうり 6年生提案メニュー	はるさめスープ ちゅうかふうきゅうり	ベーコン ぶたにく とりにく とうふ 牛乳	米 麦 油 はるさめ かたくり粉	しょうが にんにく にんじん 玉ねぎ たけのこ ビーマン ちんげんさい きゅうり		
20	水	しゅんぶん ひ <b>春分の日</b>						◇材料の都合で献立を変更することがあります。 ◇給食の回数 14回
21	木	せきはん あつあげのそぼろがけ 行事食～進級・卒業お祝い～	おいわいすまし汁 ごまあえ アイスクリーム	あずき わかめ なると あつあげ アイスクリーム 牛乳	米 もち米 ごま かたくり粉	しょうが 長ねぎ だいこん 玉ねぎ にんじん きゃべつ えのき こまつな	◇今月の平均栄養価 エネルギー626kcal たんぱく質 24g カルシウム 308mg 食塩相当量 2.2g	

## <ひなまつり>

3月3日は、ひな祭りです。ひな祭りは、桃の花が咲く時期の行事のため「桃の節句」とも言われています。平安時代は、貴族のお祭りでしたが、江戸時代になり一般家庭でもひな人形を飾るようになり、そのころから女の子の健やかな成長や幸せを願う日となりました。桃は、邪気(病気などを起こすと考えられる悪い気)をはらう力があるとされています。ちらしずしやはまぐりのお吸い物、白酒、三色のひしもち、ひなあられなどが、ひなまつりを祝う伝統的な料理です。