



# 令和7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
3 月	ちらしずし 行事食～ひな祭り～	すまし汁 もものケーキ	○ サケ たまご かまぼこ とうふ あぶらあげ わかめ 牛乳	米 麦 油 さとう こむぎこ	にんじん たけのこ しいたけ さやいんげん えのき こまつな ながねぎ だいこん もも缶	<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	
4 火	フィッシュバーガー	ABCスープ くだもの	○ メルルーサ ぶたにく ひよこ豆 牛乳	まるパン マカロニ こむぎ粉 パン粉 じゃが芋 油	セロリ たまねぎ にんじん トマト缶 きゃべつ マッシュルーム くだもの		
5 水	ごはん とりのからあげ 6年生提案×メニュー	じゃが芋のみそ汁 かいそうサラダ	○ とりにく かいそう あぶらあげ みそ わかめ 牛乳	米 麦 油 かたくり粉 じゃが芋	しょうが にんにく たまねぎ きゃべつ きゅうり にんじん コーン		
6 木	こうやどうふのそぼろ丼	ワンタンスープ サイダー寒	○ とりにく ぶたにく こうやどうふ 牛乳	米 麦 油 ワンタンの皮 さとう	しょうが にんじん たまねぎ みかん缶 しいたけ さやいんげん だいこん もやし ながねぎ ちんげんさい		
7 金	ごはん ブリのさいきょうやき	とうふときのこのスープ だいこんサラダ	○ とりにく プリ わかめ とうふ みそ 牛乳	米 麦 油 さとう	しょうが にんじん たまねぎ えのき ながねぎ だいこん きゅうり コーン		
10 月	きなこあげパン ホタテのクリームスープ	ポテトフレンチ サラダ	○ ベーコン ホタテ きなこ 白いんげん豆 牛乳	コッペパン 油 さとう マカロニ じゃが芋 米粉	にんじん たまねぎ コーン マッシュルーム はくさい きゅうり		
11 火	ごはん ぶたにくのしょうがやき 6年生提案×メニュー	かいそうとりがらのスープ くだもの	○ ベーコン ぶたにく とりにく わかめ かいそう とうふ 牛乳	米 麦 油 かたくり粉	しょうが にんじん たまねぎ ちんげんさい くだもの		
12 水	スペシャルカレーライス	パリパリサラダ	○ ぎゅうにく 牛乳	米 麦 油 じゃが芋 ワンタンの皮 米粉	しょうが にんにく セロリ たまねぎ にんじん きゅうり きゃべつ コーン		
13 木	きつねうどん	はるさめサラダ みそポテト	○ とりにく みそ あぶらあげ こんぶ 牛乳	うどん 油 じゃが芋 小麦粉 さとう はるさめ	しいたけ にんじん たまねぎ ながねぎ もやし きゅうり きゃべつ		
14 金	おかかふりかけごはん ギンダラのこうみやき	とん汁 いそあえ	○ 粉かつお ぶたにく のり ギンダラ あぶらあげ みそ 牛乳	米 麦 油 じゃが芋 ごま	しょうが にんにく にんじん だいこん ごぼう ながねぎ こまつな きゃべつ		
17 月	わかめごはん あげギョーザ	はるさめスープ ラーパーツアイ	○ わかめ ベーコン とうふ ぶたにく とりにく	米 麦 油 ギョーザの皮 はるさめ かたくり粉	しょうが にんにく にんじん たまねぎ ちんげんさい きゃべつ ながねぎ はくさい いら ジュース		
18 火	ウィンナーピラフ トマトソースチキン	やさいスープ くだもの	○ ウィンナー とりにく ベーコン 牛乳	米 麦 油 じゃが芋	しょうが にんにく セロリ たまねぎ にんじん ビーマン コーン きゃべつ くだもの		
19 水	ジャージャーめん	フルーツタルト	○ ぶたにく みそ 牛乳 ホイップクリーム	ちゅうかめん 油 かたくり粉 タルト	しょうが にんにく にんじん たまねぎ たけのこ しいたけ いら もやし きゅうり いちご		
20	<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <span>しゅんぶん</span> <span>ひ</span> </div> <h2 style="text-align: center;">春分の日</h2>						◇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 金	あなごめし 行事食～進級・卒業お祝い～	けんちん汁 もやしのサラダ おいおいデザート	○ とりにく あなご とりにく あぶらあげ アイスクリーム 牛乳	米 麦 油 じゃが芋 さとう	にんにく ごぼう にんじん だいこん ながねぎ もやし きゅうり	◇今月の平均栄養価 エネルギー624kcal たんぱく質 24g カルシウム 294mg 食塩相当量 2.1g	

### <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。