

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質
2月	ジャンバラヤ 牛乳 魚のバジル焼き レモンドレッシングサラダ 	ウィンナー,牛乳,ホキ	米,麦,油,砂糖, エッグケアマヨネーズ, ソフトパン粉,サラダ油	しょうが,にんにく,たまねぎ,にんじん, マッシュルーム,ピーマン,パセリ,キャベツ, きゅうり,だいこん,レモン汁	608 kcal 23.4 g
3月	「ひなまつり献立」 ちらし寿司 牛乳 鶏肉の照り焼き 沢煮椀 三色白玉 	昆布(だし),削り節(だし),油揚げ, むきえび,鶏卵,きざみのり,牛乳, 鶏肉切り身,鶏こま	米,砂糖,白いりごま,油, でん粉,白玉粉	にんじん,たけのこ(水煮),干しいたけ, かんぴょう,さやいんげん,しょうが,ごぼう, だいこん,えのきたけ,ねぎ,小松菜,よもぎ, いちご	712 kcal 29.6 g
4月	スイートルールパン 牛乳 スウェーデン風ミートボール マッシュポテト ソーセージとほうれん草のスープ 	牛乳,豚肉,鶏挽肉,調理用牛乳, 鶏卵,生クリーム,鳥がら,ソーセージ	スイートルールパン,生パン粉, 揚げ油,バター, じゃがいも	しょうが,たまねぎ,にんにく, にんじん,ほうれん草	606 kcal 27.6 g
5月	チャーハン 牛乳 中華スープ 揚げぎょうざ 	豚肉,鶏卵,牛乳,鳥がら,鶏こま,豚肉	米,麦,サラダ油,油,マロニー, ごま油,でん粉,ぎょうざの皮, 揚げ油	にんじん,干しいたけ,ねぎ,しょうが, たまねぎ,たけのこ(水煮),もやし,ねぎ, にんにく,キャベツ,にら	656 kcal 24.4 g
6月	「6年1組リクエスト給食」 広島風お好み焼き 牛乳 ビーンズポテト フルーツパンチ 	ピザ用チーズ,豚肉,焼き竹輪,青のり, かつお節(花かつお),牛乳,大豆	油,小麦粉,蒸し中華めん, エッグケアマヨネーズ, じゃがいも,でん粉 サイダー	にんじん,たまねぎ,キャベツ,黄桃(缶), みかん(缶),パインアップル(缶)	777 kcal 25.4 g
9月	スパイシーチキントマトライス 牛乳 マカロニスープ 	鶏肉ひき肉,大豆,鶏肉切り身, プレーンヨーグルト,牛乳,鳥がら,鶏肉	米,麦,油,砂糖,でん粉,じゃがいも, マカロニ	にんにく,たまねぎ,エリンギ,ピーマン,トマト, ホールトマト,しょうが,にんじん,キャベツ, パセリ	615 kcal 28.6 g
10月	ミルクパン 牛乳 魚のピザ焼き 洋風かきたまスープ くだもの 	牛乳,生鮭,ピザ用チーズ,鳥がら, 鶏肉,鶏卵	ミルクパン,油,砂糖,じゃがいも, でん粉	たまねぎ,ピーマン,しょうが,にんじん, 小松菜,せとが	537 kcal 33.4 g
11月	「6年2組リクエスト給食」 味噌ラーメン コーヒー牛乳 パリパリサラダ デザート 	豚肉,鳥がら,コーヒー牛乳, アイスクリーム	冷凍ラーメン,ごま油,油, サラダ油,砂糖,ワンタンの皮, 揚げ油	にんにく,しょうが,にんじん,ねぎ,キャベツ, もやし,ホールコーン(缶),にら,きゅうり	580 kcal 22.4 g
12月	ツナ入り混ぜごはん 牛乳 豚汁 カラフルビーンズ 	ツナ缶,きざみのり,牛乳, 削り節(だし),豚肉,豆腐, 大豆,青大豆	米,麦,油,白いりごま,こんにゃく, じゃがいも,でん粉,さつまいも, 砂糖	にんじん,しょうが,ごぼう,だいこん,ねぎ, 小松菜	612 kcal 24.0 g
13月	ココア揚げパン 牛乳 ポトフ フレンチサラダ 	牛乳,鳥がら,豚肉	コッパン,砂糖,揚げ油, じゃがいも,サラダ油	セロリー,にんじん,たまねぎ,キャベツ, きゅうり	647 kcal 22.2 g
16月	五目うどん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ くだもの 	厚削り節(だし),昆布(だし),鶏肉, 油揚げ,牛乳,焼き竹輪,鶏卵,青のり	うどん,油,小麦粉	しめじ,にんじん,たまねぎ,だいこん, ねぎ,小松菜,デコポン	670 kcal 30.4 g
17月	「6年四組リクエスト給食」 セルフチーズインハンバーガー 野菜スープ セレクトドリンク フライドポテト 	セレクト,豚肉,鶏挽肉,大豆, 調理用牛乳,鶏卵,チーズ,鳥がら	丸パン,ソフトパン粉,サラダ油, じゃがいも,油,でん粉	たまねぎ,しょうが,にんじん,キャベツ,パセリ	694 kcal 26.3 g
18月	麦ごはん 牛乳 魚のごまみそ焼き 煮びたし 	牛乳,たら,油揚げ	米,麦,砂糖,でん粉,白すりごま	にんじん,もやし,小松菜	534 kcal 24.1 g
19月	カレーライス 牛乳 糸寒天サラダ カルピスゼリー 	鳥がら,鶏肉,牛乳,寒天,粉寒天, カルピスウォーター	米,麦,油,じゃがいも,小麦粉, サラダ油,砂糖,ごま油	にんにく,しょうが,にんじん,たまねぎ, だいこん,キャベツ	684 kcal 21.0 g
23月	「卒業お祝い献立」 赤飯 ジョア 鶏肉のから揚げ すまし汁 菜の花入りお浸し 	あずき,牛乳,鶏肉,削り節(だし), 豆腐,腐ると,かつお節	米もち米,黒いりごま,揚げ油, 砂糖,でん粉,小麦粉	しょうが,にんにく,ねぎ,小松菜, なばな,キャベツ,にんじん,もやし	576 kcal 24.7 g

こんだてしょうがい

3日(火) ひなまつり
菱餅の色、緑・白・ピンクの3色
を使った白玉をデザートにしました。
この色は、雪の下には、新芽が芽
吹き、上には桃の花が咲いている、
春の情景を表現しています。また、
色にも意味があり、ピンクは魔除け、
白は純潔、緑は長寿の願いが込めら
れています。



6日(金) 6年1組リクエスト給食
1組は、ポテトに豆も使ったビーンズポテトをチョイス。赤・黄・緑の
食材をバランスよく取り入れた献立になりました。給食で提供するには、
お店で食べるようにはいかないところもあります。お好み焼きは、お皿に
焼きそばをもちつけ、そのうえにしかくいですが、薄焼きの生地をのせ、
ソース・青のり・かつおぶしをトッピングして、マヨネーズは各クラスに
1本ずつつけたので、お好みでかけて食べてください。教室での盛り付け
の手間はちょっと大変かもしれませんが、楽しい給食となりますように。

11日(水) 6年2組リクエスト給食
2組は、人気のラーメンをチョイス。
野菜がたりなくならないように、サラ
ダを組み合わせた工夫がされています。
デザートはハーゲンダッツは、物価
高! 予算的にもちょっと余裕がないの
のであらかじめお伝えしました。

13日(金)
人気の揚げパン。今回はセレクト
でなく、一番人気のココア揚げ
パンです。6年生は東糀谷小学
校での最後の揚げパンです。

17日(火) 6年四組リクエスト給食
四組は、パンの献立をチョイス。チー
ズインハンバーガーをハンバーガーに
しました。給食なので、ここはセル
フでハンバーガーにさせていただきます。
飲み物はセレクトで「イチ
ゴオレ」「コーヒー牛乳」「りんご
ジュース」「牛乳」から選んでもら
います。

23日(月)
古くから日本では、赤い食べ物には魔除けの力があり、災いをさ
ける力があるとされてきました。そのような経緯からお祝いの席な
どでふるまわれるようになりました。6年生の卒業をお祝いしてお
赤飯給食です。

