



3 月 分 給 食 献 立 表



大田区立矢口東小学校

実施日	曜日	献立	栄養量		おたより				
			エネルギー	たんぱく質					
			kcal	g					
1	金	◆ひなまつり献立 ごもく 五目ちらし寿司 牛乳 ちくわの磯辺揚げ けんちん汁	588	26.3	<p>給食は、食についてさまざまなことを学ぶことができる生きた教材です。子どもたちは、一年で心も体もひと回り大きくなりました。 食べられる量も増え、食べられなかったものが食べられるようになった子も多いと思います。これからもしっかり食べて、成長して欲しいと思います。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">6年生</div>  <p>3月の献立は、6年生のリクエスト献立を取り入れてしています。集計結果は以下のとおりです。6年生の皆さんありがとうございました。(★印のついた献立)</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%; padding: 5px;"> <p><主食></p> <p>第1位: きな粉揚げパン 第2位: 味噌ラーメン 第3位: カレーライス</p> </td> <td style="width: 50%; padding: 5px;"> <p><主菜></p> <p>第1位: 鶏肉の唐揚げ 第2位: 鯨の竜田揚げ 第3位: 照り焼きチキン</p> </td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;"> <p><副菜></p> <p>第1位: パリパリサラダ 第2位: 海藻サラダ 第3位: 豚汁</p> </td> <td style="padding: 5px;"> <p><デザート></p> <p>第1位: フルーツポンチ 第2位: アイスクリーム 第3位: 豆乳ミルクプリン</p> </td> </tr> </table> <div style="text-align: center; margin-top: 20px;"> <h3>6年生給食の思い出</h3> <p>6年生に給食の思い出もアンケートに書いてもらいました。一部抜粋となりますが、紹介します。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・全部おいしかったです。中学校に行っても、給食のことを忘れません。 ・苦手なものが出た時に、味付けを変えてくれていたので残さず食べることができた。 ・きな粉揚げパンがおいしかった。初めて食べた時は驚きと嬉しさでいっぱいでした。 ・好き嫌いはあるけど、好きなものがある日は喜んだり、嫌いなものがある時は頑張って食べていました。 ・たまに変わった料理(ヨーグルトパンなど)が出てくるけれどそれもおいしかったです。 ・友達と一緒に話しながら食べた給食はおいしかったです。  <div style="border: 2px solid black; padding: 10px; text-align: center; font-weight: bold; color: red; font-size: 1.2em;">卒業・修了おめでとう</div> </div>	<p><主食></p> <p>第1位: きな粉揚げパン 第2位: 味噌ラーメン 第3位: カレーライス</p>	<p><主菜></p> <p>第1位: 鶏肉の唐揚げ 第2位: 鯨の竜田揚げ 第3位: 照り焼きチキン</p>	<p><副菜></p> <p>第1位: パリパリサラダ 第2位: 海藻サラダ 第3位: 豚汁</p>	<p><デザート></p> <p>第1位: フルーツポンチ 第2位: アイスクリーム 第3位: 豆乳ミルクプリン</p>
<p><主食></p> <p>第1位: きな粉揚げパン 第2位: 味噌ラーメン 第3位: カレーライス</p>	<p><主菜></p> <p>第1位: 鶏肉の唐揚げ 第2位: 鯨の竜田揚げ 第3位: 照り焼きチキン</p>								
<p><副菜></p> <p>第1位: パリパリサラダ 第2位: 海藻サラダ 第3位: 豚汁</p>	<p><デザート></p> <p>第1位: フルーツポンチ 第2位: アイスクリーム 第3位: 豆乳ミルクプリン</p>								
4	月	うめ 梅わかめごはん 牛乳 ★鶏肉の照り焼き 沢煮椀	599	28.3					
5	火	カレーピラフ 牛乳 ★パリパリサラダ かぼちゃのポターージュ	599	23.4					
6	水	だいずい 大豆入りミートソーススパゲッティ 牛乳 ボイル野菜サラダ ★フルーツポンチ	637	28.7					
7	木	むぎ 麦ごはん 牛乳 さば みそに 鯖の味噌煮 のっぺい汁	596	29.1					
8	金	★きな粉揚げパン 牛乳 ABCスープ わかめサラダ	608	28.1					
11	月	まーぼーどうぶどう 麻婆豆腐丼 牛乳 わかめスープ ★豆乳ミルクプリン	650	27.8					
12	火	★味噌ラーメン 牛乳 あ 揚げ餃子	594	24.0					
13	水	げんまい 玄米ごはん 牛乳 ちくさ たまごや 千草卵焼き いもだんご 芋団子汁	639	23.8					
14	木	ガーリックトースト 牛乳 ポークシチュー シーザーサラダ	598	25.0					
15	金	きんぴらごはん 牛乳 豆腐団子の甘酢あんかけ 糸寒天サラダ	651	25.1					
18	月	★チキンカレーライス 牛乳 ★海藻サラダ ★アイス(フローズンヨーグルト)	605	25.7					
19	火	ごもく 五目チャーハン 牛乳 ★鯨の竜田揚げ 三色ナムル	622	28.6					
20	水	しゅんぶんひ 春分の日							
21	木	◆卒業・修了お祝い献立 せきはん 赤飯 牛乳 ★鶏肉の唐揚げ ★豚汁	701	27.0					
22	金	そつぎょうしき 卒業式							
25	月	しゅりょうしき 修了式							
3 月 の 栄 養 量 平 均			630	26.1					

(注1)栄養量は、中学年を1として考え、低学年0.85倍、高学年1.15倍とみてください。
(注2)食材料購入ならびに学校行事などの都合により献立を変更することがあります。