

2021年 3月給食献立表



給食回数

1~5年 (18回)
6年 (14回)

家庭数

日曜	こんだて	おもなざいりょう			調味料
		(赤) 血や肉になる	(黄) 熱や力になる	(緑) からだの調子を整える	
1月	牛乳 黒糖パン ミルメーク カレーポトフ 彩り野菜のサラダ	ぎゅうにゅう とりこく ウインナー ツナ	パン くろざとう じゃがいも さとう ミルク	たまねぎ にんじん きゅうり いんげんまめ キャベツ セロリ しめじ とうもろこし	しろぶどうしゅ しお コンソメ しょうゆ こしょう カレーこ
2火	牛乳 ごはん 麻婆豆腐 春雨の酢の物 杏仁風プリン	ぎゅうにゅう とうふ ぶたひきにく みそ	ごはん さとう ごまあぶら でんぶん はるさめ あんりんプリン	しょうが にんにく たまねぎ たけのこ にんじん ねぎ ほししいたけ きくらげ キャベツ きゅうり	さけ しょうゆ トウバンジャン シャンタン す
3水	牛乳 パン ひなまつり小粒大福 若草のクリームシチュー スプリングサラダ	ぎゅうにゅう とりこく とうにゅう	パン さとう だいふく じゃがいも あぶら こむぎこ マカロニ	たまねぎ にんじん しめじ ほうれんそう グリンピース キャベツ きゅうり あかピーマン とうもろこし	シチュールウ コンソメ しお こしょう す
4木	牛乳 ごはん さばのみそ煮 ごま酢和え 白玉汁	ぎゅうにゅう とりこく さば わかめ かつおぶし	ごはん さとう ごま しらたまだんご さといも こんにゃく	キャベツ もやし こまつな にんじん だいこん ほししいたけ	す しょうゆ
5金	牛乳 ごはん 鶏肉のさつぱり煮 アーモンド和え 相性汁	ぎゅうにゅう とりこく ぶたにく とうふ あぶらあげ とうにゅう みそ いろこ	ごはん アーモンド さとう さつまいも	にんにく しょうが キャベツ もやし ほうれんそう ごぼう だいこん にんじん ねぎ	しょうゆ さけ みりん
8月	牛乳 アップルパン はなっごりのクリームスパ 元気サラダ	ぎゅうにゅう ベーコン ロースハム こんぶ とうにゅう かつおぶし	パン スパゲティ ドライアップル さとう あぶら	はなっごり たまねぎ にんじん しめじ キャベツ トマト きゅうり とうもろこし	しろぶどうしゅ す シチュールウ しお コンソメ こしょう
9火	牛乳 ビビンバ トックスープ はちみつレモンゼリー	ぎゅうにゅう ぎゅうにく たまご ベーコン	ごはん あぶら さとう ごま ごまあぶら トック はちみつレモンゼリー	はくさいキムチ もやし にら にんにく こまつな にんじん たまねぎ えのきだけ ねぎ	さけ しょうゆ みりん す トウバンジャン シャンタン しお
10水	牛乳 きなこ揚げパン じゃこぞうすい ひじきのマリネ	ぎゅうにゅう きなこ しらすぼし とりこく かつおぶし あぶらあげ ツナ たまご ひじき	パン あぶら こめ さとう	とうもろこし はくさい にんじん こまつな たまねぎ だいこん	しお こしょう す しょうゆ
11木	牛乳 ごはん いわしのしょうが煮 切り干し大根のかみかみ和え じゃがいものそばろ煮	ぎゅうにゅう なまあげ いわしのしょうがに とりひきにく	ごはん ごま さとう じゃがいも しらたき	きりぼしだいこん もやし こまつな にんじん たまねぎ さやいんげん	しょうゆ さけ みりん
12金	牛乳 カレーライス 満点サラダ ヨーグルト	ぎゅうにゅう とりこく だいす ひじき ヨーグルト	ごはん じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ にんじん にんにく しょうが グリンピース ごぼう きゅうり とうもろこし	カレーこ カレールウ しお こしょう す
15月	牛乳 パン マヨサラダ ビーフシチュー	ぎゅうにゅう ハム ぎゅうにく	パン マヨネーズ さとう じゃがいも	キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん エリンギ グリンピース	しょうゆ しお みりん す こしょう コンソメ あかぶどうしゅ ビーフシチューのもと ウスターソース
16火	牛乳 ごはん アセロラゼリー チキンチキンごぼう きのこの味噌汁	ぎゅうにゅう とうふ とりこく あぶらあげ いろこ みそ	ごはん あぶら さとう でんぶん アセロラゼリー	ごぼう にんじん たまねぎ しめじ えのきだけ ねぎ	しょうゆ さけ みりん
17水	牛乳 パン マーシャルビーンズ 豚肉のマスタード炒め ツナサラダ 細切り野菜のスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ ベーコン	パン さとう あぶら マーシャルビーンズ じゃがいも	たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり レモンかじゅう だいこん こまつな	マスタード しょうゆ コンソメ す しお こしょう
18木	牛乳 卒業おめでとう献立 ちらしずし すまし汁 鶏の唐揚げ 添え野菜 【お祝いデザート オレンジジュース(6年のみ)】	ぎゅうにゅう なると とりこくわかめ かつおぶし	ごはん でんぶん あぶら テザート 【1~5年お祝いゼリー、 6年オレンジジュースと チョコケーキ】	たきこみずしのもと にんじん キャベツ はなっごり にんにく だいこん はくさい みつば えのきだけ	しお こしょう しょうゆ さけ
22月	牛乳 パン ミネストローネ 白身魚の野菜ソースかけ	ぎゅうにゅう ホキ ウインナー	パン じゃがいも あぶら さとう マカロニ	たまねぎ きゅうり にんじん あかピーマン レモンかじゅう いんげんまめ スツキーニ トマト セロリ パセリ	しお こしょう あかぶどうしゅ コンソメ す
23火	牛乳 ごはん 根菜の磯煮 豚汁 のり佃煮	ぎゅうにゅう ひじき みそ だいす とうふ とりこく なまあげ てんぷら ぶたにく いろこ のりつくだに	ごはん あぶら こんにゃく さとう さつまいも	だいこん にんじん はくさい ほししいたけ さやいんげん ごぼう にんじん ねぎ	さけ しょうゆ みりん す
24水	牛乳 パン かみかみサラダ 肉団子のケチャップ煮	ぎゅうにゅう ツナ ミートボール とりこく	パン じゃがいも さとう	たまねぎ はくさい にんじん はなっごり きゅうり きりぼしだいこん キャベツ	あかぶどうしゅ しお トマトケチャップ す コンソメ しょうゆ こしょう
25木	牛乳 ごはん しゅうまい 中華どんぶり パンパンジー	ぎゅうにゅう いか とりこく ぶたにく かまぼこ しゅうまい	ごはん ごまあぶら でんぶん ごま さとう	きくらげ キャベツ たまねぎ たけのこ にんじん きゅうり もやし チンゲンサイ ほししいたけ	シャンタン さけ しょうゆ こしょう トウバンジャン す

18日(木)6年生は、小学校最後の給食になります。卒業おめでとう献立にしています。最後まで、おいしく味わって食べてくださいね。