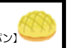
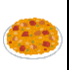
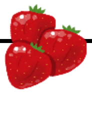
令和7年度

給食カレンダー

今月の給食目標

1年間の食について振り返りをしよう

日	曜	牛乳	主食	献立	あか 血や肉になる	きいろ 力や熱になる	みどり 体の調子を整える	そのた 調味料など	エネルギー(kcal) たんぱく質(g)	給食コメント
2	月			コーンピラフ チリコンカン ジュリエンヌスープ ◎ココアミルクゼリー	とりにく　だいず ぶたにく　ベーコン ぎゅうにゅう　アガー	ごはん　はいがまい さとう あぶら	ピーマン　にんじん　***たまねぎ*** ホールコーン　ホールトマト にんにく　***セロリ***　キャベツ	こしょう　しょうゆ　しお ロリエ　とりがら　とんこつ ウスターソース　オレガノ チリパウダー　ココア トマトケチャップ ロリエパウダー	626 22.4	3/3(火) 【ひなまつり】 この日はひな祭りです。そのため、手巻き風五目ずしを出します。五目ずしの中には、鶏肉、凍り豆腐、油揚げ、ほししいたけ、かんぴょう、にんじん、枝豆、卵が入ります。とても彩がよく、お祝いの日にぴったりなメニューです。今回は、それを海苔巻きのようにして食べます。様々な食体験を通して給食への関心を高めてほしいです。
3	火			てまきふう ごもくずし ごまあえ のっぺいじる ◎♡サイダーポンチ	たまご　とりにく こおりとうふ　あぶらあげ みそ ぎゅうにゅう　のり	ごはん　はいがまい さとう　じゃがいも でんぷん　ごま あぶら	ほししいたけ　にんじん かんぴょう　えだまめ もやし　こまつな　ねぎ だいこん　ごぼう　はくさい こんにゃく　しょうが おうとう　パインアップル みかん	しお　す　しょうゆ　さけ サイダー	638 22.9	
4	水			マーボーどうふごはん ちゅうかたまごスープ ♡フライドポテト	みそ　とうふ　だいず ぶたにく　たまご ベーコン ぎゅうにゅう　***わかめ***	ごはん　はいがまい でんぷん　さとう じゃがいも あぶら	にんじん　***たまねぎ***　たけのこ ほししいたけ　しょうが にんにく　チンゲンサイ ねぎ	トウバンジャン　しょうゆ テンメンジャン　さけ とりがら　こしょう とんこつ　しお	672 26.7	
5	木			すきやきどん いそかあえ みそしる	みそ　ぶたにく　ぎゅうにく やきどうふ　あぶらあげ ぎゅうにゅう　のり	ごはん　はいがまい さとう　じゃがいも あぶら	ごぼう　ねぎ　たまねぎ ほししいたけ　にんにく しょうが　にんじん　もやし こまつな　だいこん	さけ　しょうゆ	677 30.3	3/6(金)  【ビスキュイパン】 この日は1年ぶりにビスキュイパンを出します。ビスキュイとは、「スポンジ生地全体のこと」、「卵黄と卵白を別々に泡立てたもの」というような意味を持っています。また、ビスケットの語源でもあり、ビスケットやクッキーなどの固い焼き菓子をさすこともあります。クッキー生地を丸パンの上に被せて、オーブンで焼いて作ります。 クッキーの生地には、アーモンドパウダーやラム酒も入るので香りがよく、おいしく仕上がります。楽しみにしていてください。
6	金			ビスキュイパン ポークシチュー ツナ***ひじき***サラダ	たまご　ぶたにく　ツナ ぎゅうにゅう　***ひじき***	ミルクパン　こむぎこ アーモンド　さとう　ザラメ じゃがいも あぶら　ごまあぶら バター	にんじん　***たまねぎ***　にんにく きゅうり　キャベツ	ラムしゅ　とりがら　こしょう しょうゆ　あかワイン とんこつ　ウスターソース オールスパイス　しお トマトケチャップ　す トマトピューレ	615 21.9	
9	月			ごはん　カレーじゃこふりかけ さわらのみそマヨネーズやき だいこんと***ひじき***のおかかサラダ さつまじる	***さわら***　みそ　あぶらあげ ぎゅうにゅう　***ひじき*** ちりめんじゃこ	ごはん　はいがまい さとう　さつまいも あぶら　ごまあぶら マヨネーズ	きゅうり　にんじん　だいこん ***たまねぎ***　ねぎ　こまつな こんにゃく　ごぼう	しょうゆ　みりん　カレーこ こしょう　しお　す	659 30.8	
10	火			ナポリタンスパゲッティ ♡ABCスープ ◎てづくりなめらかプリン	ウインナー ベーコン　たまご ぎゅうにゅう　チーズ なまクリーム	スパゲッティ　マカロニ じゃがいも　さとう グラニューとう あぶら　バター オリーブオイル	エリンギ　マッシュルーム にんじん　ピーマン　***たまねぎ*** にんにく　しょうが　パセリ キャベツ　ホールコーン	とりがら　こしょう　とんこつ しお　ロリエ　ウスターソース トマトピューレ トマトケチャップ　ロリエ	611 22.2	
11	水			カレーミートドッグ ホワイトシチュー ◎***きよみオレンジ***	ぶたにく　だいず　とりにく とうにゅう ぎゅうにゅう　チーズ なまクリーム	コッペパン　パンこ じゃがいも　こむぎこ あぶら	にんじん　***たまねぎ*** にんにく　しょうが ホールコーン ***きよみオレンジ***	しお　ちゅうのうソース カレーこ　トマトケチャップ ロリエ　こしょう　とりがら	632 25.3	2/12(木) 【さばの味噌煮】 台場小学校のさばの味噌煮は、とても人気があります。それには理由があります。まずは、臭みが一切ないところ、そしてトロトロになるくらい柔らかく煮込んであるところ、ご飯が進むおいしい味噌の味が染み込んでいるところです。仕入れているさばは北欧産(主にノルウェー)のものを指定して発注しています。国内産の物よりも脂の乗りがよく、塩焼きでもジューシーな味わいを感じることができます。そんなさばに、朝早くからしっかりと下味をつけ、しょうがと共にスチームコンベクションオーブンで1時間以上煮込んで作ります。そして、トロトロのおいしいサバの味噌煮が完成します。楽しみにしていてください。
12	木			ごはん さばのみそに カルちゃんだいこん ごじる	さば　みそ　とうにゅう だいず　あぶらあげ ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ	ごはん　はいがまい さとう　じゃがいも あぶら　ごまあぶら	しょうが　きゅうり　にんじん だいこん　ねぎ　こんにゃく ごぼう	みりん　さけ　しょうゆ す	682 31.8	
13	金			ちゅうかどん みそワンタンスープ ◎♡カルピスゼリー	うずらのたまご　えび いか　ぶたにく　みそ ぎゅうにゅう　かんてん	ごはん　はいがまい でんぷん　ワンタンのかわ ごま　さとう あぶら	にんじん　はくさい　***たまねぎ*** チンゲンサイ　ねぎ　にら もやし　にんにく　しょうが みかん	とりがら　こしょう　とんこつ しょうゆ　さけ　しお みりん　カルピス	621 24.6	
16	月			♡みそラーメン もやしとちくわのあまずに ◎***あしたば***チーズケーキ	ぶたにく　かまぼこ みそ　ちくわ　たまご ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ なまクリーム クリームチーズ	ちゅうかめん　ごま さとう　こむぎこ じょうはくとう あぶら　ごまあぶら	にんじん　もやし　ねぎ ***たまねぎ***　にんにく　しょうが きゅうり　***あしたば***　レモン	みりん　こしょう　さけ とんこつ　しお　す ベーキングパウダー　しょうゆ	587 26.7	
17	火			ミルクパン ♡てづくりソーセージ ジャーマンポテト コロコロコーンスープ	とうにゅう　ぶたにく ベーコン ぎゅうにゅう	ミルクパン　パンこ さとう　でんぷん じゃがいも あぶら	パセリ　***セロリ***　***たまねぎ*** にんにく　ホールコーン クリームコーン　にんじん こまつな	こしょう　しお　とりがら ロリエ　あかワイン しろワイン　ようがらし セイジ　ナツメグ トマトケチャップ	579 26.1	
18	水			ようふうおやこライス さけのパンこやき オニオンスープ	たまご　とりにく さけ　ベーコン ぎゅうにゅう	ごはん　はいがまい パンこ　こむぎこ あぶら　オリーブオイル	にんじん　***たまねぎ***　パセリ にんにく　マッシュルーム	こしょう　しお　カレーこ トマトケチャップ しろワイン　とりがら しょうゆ　とんこつ　ロリエ こしょう	649 27.3	3/19(木) 【卒業お祝い給食】 この日は卒業する6年生をお祝いするため、卒業お祝い給食をだします。赤飯は「ささげ」という小豆に似た豆を使って作ります。赤い色には邪気を追い払う力が合うと信じられています。また、幸せの共有や、喜びのお裾分け、という意味もあります。人気の鶏のから揚げもあるので楽しみにしていてください。
19	木			せきはん とりのからあげ おひたし すましじる ◎***デコポン(しらぬい)*** 	ささげ　とりにく とうふ　かまぼこ ぎゅうにゅう	ごはん　ごま　もちごめ こむぎこ　でんぷん さとう あぶら	しょうが　にんにく　もやし こまつな　にんじん　えのきだけ ねぎ　だいこん ***しらぬい***	しお　しょうゆ　さけ	575 24.0	
23	月			エビフライカレー オニオンドレッシングサラダ ◎いちご	えび　ぶたにく ぎゅうにゅう	ごはん　こむぎこ パンこ　べいりゅうばく じゃがいも　はちみつ さとう あぶら　ごまあぶら	りんご　にんじん　***たまねぎ*** にんにく　しょうが きゅうり　キャベツ ホールコーン いちご	カレーこ　こしょう　す とんこつ　しお　ロリエ トマトピューレ ガラムマサラ　ウスターソース オールスパイス　しょうゆ	696 20.2	

はじめてのメニュー

ひなまつり

はじめてのメニュー

そつぎょういわ
卒業祝い

・エネルギーとたんぱく質は、3・4年生の栄養価です。1・2年生は0．9を、5・6年生は1．1をそれぞれ3・4年生の栄養価にかけて見てください。

・献立は、行事や食材、今後の状況次第で変更する場合があります。ご了承ください。

・◎ はデザート、♡はリクエスト給食です。　・旬の食材は、***太字・斜体・下線***で表しています。