

3月献立表

令和6年度

給食目標 1年間の感謝と反省をしよう

足立区立足立入谷小学校

実施日	こんだてめい		一言メモ	あかのなかま 血や肉になる	きいろのなかま 熱や力の元になる	みどりのなかま 体の調子を整える	行事
3月	牛乳	葉の花ごはん 魚のあずま煮 お吸いもの にんじんだいこん和え	ひなまつりなので旬の葉の花を使った献立です。	牛乳 たまご しゃけ かまぼこ とうふ	こめ さとう あぶら こむぎこ でんぷん ごま	なのはな しょうが だいこん にんじん もやし えのき こまつな	
4火	ジュース	カレーライス ツナサラダ フルーツゼリー	人気メニューで6年生のお別れ給食会です。	牛乳 ふたにく レンズまめ ツナ かんでん	こめ じゃがいも あぶら こむぎこ さとう ごま とうにゅうバター	アップル&キャロットジュース たまねぎ にんじん しょうが にんにく きゃべつ もやし こまつな ミカンかん バインかん	お別れ給食会
5水	牛乳	四川丼 えび入りサラダ くだもの	四川丼は生揚げが入ったピリ辛の丼です。	牛乳 ふたにく なまあげ だいす えび	こめ さとう あぶら こんにやく でんぷん	にんじん たまねぎ だけのこ キムチ ほししいたけ にんにく しょうが もやし こまつな きゃべつ きよみオレンジ	B時程
6木	牛乳	揚げパン 鶏とじゃがいものクリーム煮 レモンサラダ	クリーム煮には牛乳と生クリームを使っています。	牛乳 とりにく ソーセージ ベーコン いんげんまめ ツナ	パン あぶら さとう じゃがいも こむぎこ バター さとう	にんじん たまねぎ かぶ きゃべつ こまつな レモン	
7金	牛乳	ごはん 茎わかめの佃煮 小魚のから揚げ しょうが和え 卵みそ汁	茎わかめは食物繊維のほかにカルシウムも多く含まれています。	牛乳 くきわかめ きびなご なまあげ たまご みそ	こめ さとう ごま こむぎこ でんぷん あぶら じゃがいも	しょうが きゃべつ ねぎ もやし にんじん こまつな	
10月	牛乳	ごはん 魚の西京焼き からし和え じゃがもち汁	魚を白味噌のタレで焼き上げました。	牛乳 ぎんだら みそ とりにく あぶらあげ	こめ さとう ごま じゃがいも でんぷん	しょうが にんじん きゃべつ こまつな だいこん ねぎ	
11火	牛乳	タンメン ポテト春巻き ごまドレサラダ	タンメンは塩味の具沢山のラーメンです。	牛乳 ふたにく いか えび ハム とうにゅう チーズ	ちゅうかめん あぶら じゃがいも はるまきのかわ こむぎこ さとう ごま	にんじん きゃべつ ねぎ ほししいたけ こまつな もやし コーン	
12水	牛乳	チリコンカンライス こんにやくサラダ パスタ入りスープ	チリコンカンはアメリカが発祥の料理です。	牛乳 ふたにく いんげんまめ ひよこまめ ベーコン とりにく	こめ あぶら じゃがいも さとう こんにやく ごま マカロニ	たまねぎ にんにく にんじん トマトかん しょうが きゃべつ こまつな コーン セロリ	B時程
13木	牛乳	あだち菜だいこん飯 焼きししゃも もやし和え 田舎汁	足立区産の小松菜と大根が入った、混ぜご飯です。	牛乳 ふたにく ししゃも わかめ なまあげ みそ	こめ さとう あぶら ごま じゃがいも	にんじん だいこん まいたけ こまつな もやし ねぎ	
14金	牛乳	おさつトースト クリームシチュー オニオンドレサラダ	さつま芋をペースト状にしてパンに塗りました。	牛乳 とりにく ソーセージ いんげんまめ なまクリーム ツナ	パン さつまいも さとう バター ごま こむぎこ あぶら じゃがいも	たまねぎ にんじん ぶなしめじ きゃべつ こまつな もやし	
17月	牛乳	肉うどん 海そう和え 小松菜ケーキ	6年生からたくさんのリクエストをもらった小松菜ケーキです。	牛乳 ふたにく あぶらあげ わかめ たまご なまクリーム	うどん あぶら さとう ごま こむぎこ バター	にんじん だいこん ほししいたけ きゃべつ こまつな もやし	
18火	牛乳	チョコチップパン チーズ入りオムレツ コーンサラダ ABCスープ	オムレツにはチーズが入っています。	牛乳 たまご チーズ とりにく ベーコン	パン バター さとう あぶら マカロニ じゃがいも	たまねぎ にんじん きゃべつ もやし コーン セロリ トマトかん こまつな	
19水	牛乳	ごはん 八珍豆腐 野菜の和え物 くだもの	八珍豆腐は台湾の料理です。	牛乳 とうふ ふたにく えび いか わかめ	こめ あぶら でんぷん さとう ごま	にんにく しょうが にんじん もやし たまねぎ ほししいたけ ねぎ こまつな はくさい せとか	B時程
21金	牛乳	ちらし寿司 鶏のから揚げ おひたし すまし汁	今年度、最後の給食です。楽しく、もりもり食べてください。	牛乳 たまご あなご あぶらあげ とりにく ふたにく かまぼこ	こめ さとう あぶら ごま でんぷん こむぎこ	かんぴょう ほししいたけ もやし にんじん しょうが にんにく きゃべつ えのき こまつな だいこん ねぎ	

※1 納品の都合により献立・食材は急に変更する場合があります。

※2 果物は旬のものを使用します。

★太字は季節のメニューやイベントメニューになります。