

今日の給食

令和8年 3月 23日 (月)



<こんだて名>

《卒業お祝い献立》

- ・ 赤飯
- ・ ぶりの照り焼き みぞれあん
- ・ 小松菜とツナのあえもの
- ・ 加平みそのみそ汁
- ・ いちご
- ・ 牛乳

<一口メモ>

今日で今年度食べる給食は最後です。今日は、6年生の卒業を祝って、給食室でお赤飯を炊きました。そして、みそ汁に入れたおみそは、6年生が春に仕込んでおいた「加平みそ」です。代々受け継がれている加平みそ。今年もおいしく出来ました。今日の魚は、愛媛県で養殖されたブリです。脂がのっていておいしいですよ。6年生のみなさんは、これからも食べることを大切にして下さいね。みなさんがいつまでも元気でいられるよう祈っています。

今日の食材の産地

食 材 名	産 地	食 材 名	産 地
じゃがいも	鹿児島県	こまつな	足立区
にんじん	徳島県	ぶり	愛媛県
きゃべつ	愛知県	鶏肉	山梨県
だいこん	千葉県	いちご	栃木県
もやし	栃木県	わかめ	岩手県・宮城県
長ねぎ	千葉県		
しょうが	高知県		

今日の給食

令和8年 3月 19日 (木)



アップルパイ



スイートポテトパイ

<こんだて名>

《セレクト給食》

- ・生パスタのクリームソース
 - ・パリパリわかめサラダ
 - ・アップルパイ
- または、スイートポテトパイ
- ・牛乳

<一口メモ>

今回はデザートの特選です。アップルパイはサクサクの香ばしいパイ生地、甘く煮てシャキシャキ感の残るりんごがぎっしり詰まったアップルパイです。スイートポテトパイは、スイートポテトをパイ生地に入れて焼きました。さつまいもの自然な甘みとバターのコクが、サクサクのパイ生地に絶妙にマッチしたスイーツです。アップルパイを選んだ人は49%、スイートポテトパイは51%でほぼ同数でした。

今日の食材の産地

食材名	産地	食材名	産地
さつまいも	千葉県	にんにく	青森県
たまねぎ	北海道	パセリ	静岡県
にんじん	徳島県	セロリ	静岡県
きやべつ	愛知県	りんご	青森県
しめじ	長野県	鶏肉	山梨県
きゅうり	群馬県	えび	タイ
もやし	栃木県	わかめ	岩手県・宮城県

今日の給食

令和8年 3月 18日 (水)



<こんだて名>

- ・ あんかけチャーハン
- ・ 大豆と高野豆腐の磯辺揚げ
- ・ ワンタンスープ
- ・ 牛乳

<一口メモ>

あんかけチャーハンは、豚肉や野菜とごはんを炒めて作ったチャーハンの上から、鶏がらスープに、たまごやえのきたけを入れてとろみをつけたあんをかけて食べます。パラパラのチャーハンと、とろ〜りとしたあんが、口の中でちょうどマッチングしておいしくなります。大豆と高野豆腐の磯辺揚げは、ゆでた大豆ともどした高野豆腐に粉をつけて油で揚げ、のり塩をまぶしました。おやつ感覚で食べられます。

今日の食材の産地

食 材 名	産 地	食 材 名	産 地
にんじん	徳島県	しょうが	高知県
長ねぎ	千葉県	豚肉	茨城県
ピーマン	鹿児島県	えび	タイ
えのきたけ	長野県	たまご	青森県
もやし	栃木県	大豆	北海道
チンゲンサイ	茨城県	米	埼玉県
にんにく	青森県	大麦	栃木県

今日の給食

令和8年 3月 17日 (火)



<こんだて名>

- ・ガーリックトースト
- ・とり肉のからあげ レモンそえ
- ・コーンドレッシングサラダ
- ・パスタスープ
- ・いちご ・牛乳

<一口メモ>

ガーリックトーストは、ソフトフランスパンにガーリックバターをぬって焼きました。表面がカリッとしてガーリックの香ばしい香りがします。とり肉のからあげレモン添えは、みんなが大好きなからあげをさっぱりと食べられるようにフルーツレモンを付けました。レモンをしぼってから揚げにかけると、さっぱりした味で食べられます。酸っぱくない甘めのレモンです。

今日の食材の産地

食 材 名	産 地	食 材 名	産 地
たまねぎ	北海道	こまつな	足立区
にんじん	徳島県	しょうが	高知県
きゃべつ	愛知県	フルーツレモン	東京都 (八丈島)
きゅうり	埼玉県	いちご	栃木県
もやし	栃木県	鶏肉	山梨県
にんにく	青森県		
パセリ	静岡県		

今日の給食

令和8年 3月 16日 (月)



<こんだて名>

- ごはん
- 魚のみそだれ焼き
- カリカリ油揚げのサラダ
- のっぺい汁
- きよみ (オレンジ)
- 牛乳

<一口メモ>

魚のみそだれ焼きは、さばに下味をつけて焼き、甘いみそだれをかけた料理で、魚の臭みもなく、ごはんによく合うおかずです。さばには、血液をサラサラにしたり、筋肉や血をつくったり、骨を強化するなどの栄養素がたくさん含まれています。カリカリ油揚げのサラダは、油揚げを細目に切って、オーブンでカリカリに焼き、サラダに入れました。カリカリの食感が野菜と合わり、よりおいしくなっています。

今日の食材の産地

食 材 名	産 地	食 材 名	産 地
さといも	埼玉県	こまつな	足立区
にんじん	千葉県	さば	ノルウェー
だいこん	千葉県	鶏肉	山梨県
きゃべつ	愛媛県	清見オレンジ	愛媛県
ごぼう	青森県		
もやし	栃木県		
長ねぎ	千葉県		

今日の給食

令和8年 3月 13日 (金)



<こんだて名>

- ・フレンチトースト
- ・ポークビーンズ
- ・クルトン入りサラダ
- ・せとか（オレンジ）
- ・牛乳

<一口メモ>

フレンチトーストは、牛乳・たまご・砂糖・バターをまぜ、香りづけにバニラエッセンスを加えた中に、食パンをくぐらせてオーブンで焼きました。しっとりして、ちょっと甘めのおいしいトーストです。「せとか」は、清見やアンコール、マーコットというオレンジを掛け合わせてできた品種です。濃厚な甘みととろける食感が特徴の最高級のオレンジです。オレンジ界の大トロと呼ばれるほどの極上品です。

今日の食材の産地

食 材 名	産 地	食 材 名	産 地
じゃがいも	鹿児島県	にんにく	青森県
たまねぎ	北海道	しょうが	高知県
にんじん	千葉県	豚肉	茨城県
きゃべつ	愛知県	たまご	青森県
きゅうり	埼玉県	大豆	北海道
ピーマン	茨城県	レンズ豆	カナダ
セロリ	静岡県	せとか	愛媛県

今日の給食

令和8年 3月 12日 (木)



<こんだて名> 《リクエストメニュー》

- ・みそラーメン
- ・ジャンボあげぎょうざ
- ・タピオカ入りサワーポンチ
- ・牛乳

<一口メモ>

もりもり給食ウィークで、食べ残しが最も少なかった3つのクラスのリクエスト給食です。リクエスト1位と2位のメニューを合体した献立です。みそラーメンは、とんこつととりがらでだしをとって、野菜をたくさん入れて作りました。世界中の人に人気の日本のラーメン。給食のラーメンの味はいかがかな？大きな揚げぎょうざとタピオカサワーポンチのうれしいセットメニューです。

今日の食材の産地

食 材 名	産 地	食 材 名	産 地
にんじん	千葉県	豚肉	茨城県
きゃべつ	愛知県		
もやし	栃木県		
長ねぎ	千葉県		
にら	千葉県		
にんにく	青森県		
しょうが	高知県		

今日の給食

令和8年 3月 11日 (水)



<こんだて名>

【日本の郷土料理～岩手県～】

- ・五穀ごはん
- ・鮭の南部焼き
- ・大根と昆布の和え物
- ・ひつつみ汁
- ・りんご ・牛乳

<一口メモ>

今から15年前の3月11日午後2時46分に、東日本大震災が発生しました。岩手県でも大きな被害がありました。震災の影響で多くの方が亡くなりました。また、交通機関や農地、漁場などに大きな被害が出て、各地で食材が手に入らないなどの非常事態が置きました。岩手県の郷土料理のひつつみ汁は、小麦粉をこねて引っ張ってちぎって入れることからひつつみと呼ばれ、それを具だくさんの汁に入れた汁物がひつつみ汁です。

今日の食材の産地

食 材 名	産 地	食 材 名	産 地
にんじん	千葉県	しょうが	熊本県
だいこん	神奈川県	さけ	宮城県
きゅうり	茨城県	鶏肉	山梨県
ごぼう	青森県	切り昆布	岩手県
もやし	栃木県	りんご	青森県
長ねぎ	千葉県	米	茨城県
しめじ	長野県	黒米	秋田県

今日の給食

令和8年 3月 10日 (火)



<こんだて名>

- ・大根めし
- ・とうふのつくね焼き
- ・すいとん汁
- ・ふかしいも
- ・牛乳

<一口メモ>

昭和20年3月10日に東京大空襲があり、東京の東の方では多数の犠牲者を出し、一面焼け野原になりました。戦争は、私たちの住む街も友達も家族をすべて失ってしまうほどの悲しいことです。戦争の悲惨さを忘れないために、今日は戦争中に食べていた大根めしやすいとん、ふかしいも等を再現しました。戦争中はお芋を食べたりして空腹をしのいでいました。

今日の食材の産地

食 材 名	産 地	食 材 名	産 地
さつまいも	千葉県	こまつな	足立区
たまねぎ	北海道	しょうが	熊本県
にんじん	千葉県	鶏肉	山梨県
だいこん	神奈川県	米	埼玉県
はくさい	茨城県	大麦	栃木県
かぶ	千葉県		
長ねぎ	千葉県		

今日の給食

令和8年 3月 9日 (月)



<こんだて名>

- ・オムライス
- ・アーモンドサラダ
- ・ABCスープ
- ・せとか (オレンジ)
- ・牛乳

<一口メモ>

洋食の中でも人気の高いオムライス。鶏肉や野菜の入ったチキンライスをお皿に山のようにこんもりと盛り付け、上に薄焼きたまごを乗せます。小袋のケチャップをかけて食べます。オムライスは日本で考えられた料理で、オムレツとチキンライスが合わさってオムライスと名づけられたようです。ABCスープは、アルファベットや数字のマカロニが入っているスープです。

今日の食材の産地

食 材 名	産 地	食 材 名	産 地
たまねぎ	北海道	こまつな	足立区
にんじん	千葉県	たもぎたけ	北海道
きゃべつ	愛知県	鶏肉	山梨県
きゅうり	茨城県	たまご	青森県
もやし	栃木県	アーモンド	アメリカ
セロリ	福岡県	せとか	愛媛県
だいこん	千葉県	米	埼玉県

今日の給食

令和8年 3月 6日 (金)



<こんだて名>

- ・カレーうどん
- ・こんにゃくサラダ
- ・豆とさつまいもの甘辛あえ
- ・牛乳

<一口メモ>

カレーうどんは、かつお節でだしをとって味付けし、カレー粉を入れて米粉や片栗粉でとろみをつけた汁で食べるうどんです。カレーうどんとカレー南蛮の違いは、長ねぎが入っているものがカレー南蛮です。今日の給食には長ねぎも入っています。豆とさつまいもの甘辛和えは、大豆とさつまいもを油で揚げて、甘じょっぱいたれをからめてごまをふりました。

今日の食材の産地

食 材 名	産 地	食 材 名	産 地
さつまいも	千葉県	こまつな	足立区
たまねぎ	北海道	長ねぎ	千葉県
にんじん	千葉県	豚肉	茨城県
きやべつ	愛知県	大豆	北海道
きゅうり	茨城県		
もやし	栃木県		
しめじ	長野県		

今日の給食

令和8年 3月 5日 (木)



<こんだて名>

- ・米粉パン
- ・コーンシチュー
- ・イタリアンサラダ
- ・小松菜ドーナツ
- ・牛乳

<一口メモ>

今日のパンは米粉パンです。いつものパンは小麦粉から出来ていますが、米粉パンはお米を粉にして作ったパンです。お米は、ご飯として食べるだけでなく、おもちやだんご、せんべいなどいろいろな形に変えて食べられています。小松菜ドーナツは、小松菜をゆでてペースト状にし、ドーナツの生地に混ぜこんで丸めて油で揚げ、ドーナツを作りました。鮮やかな緑色です。

今日の食材の産地

食 材 名	産 地	食 材 名	産 地
じゃがいも	鹿児島県	こまつな	足立区
たまねぎ	北海道	パセリ	静岡県
にんじん	千葉県	鶏肉	山梨県
かぶ	千葉県	たまご	青森県
きやべつ	愛知県		
たもぎたけ	北海道		
セロリ	福岡県		

今日の給食

令和8年 3月 4日 (水)



<こんだて名>

- わかめごはん
- 手作りさつま揚げ
- 野菜の黒酢あえ
- さつま汁
- 牛乳

<一口メモ>

さつま揚げは、魚のすり身を丸や四角に成形して油で揚げたもので、かまぼこと同じ魚肉のねり製品です。給食では、たらといかのすり身に味付けして、えだまめやごぼう、にんじん、長ねぎ等の野菜と、ちりめんじゃこを混ぜ合わせて形を作り、油で揚げた手作りのさつま揚げです。さつま揚げは、おでんや煮物などで食べるのが多く、形も丸や四角、三角、棒状など様々なものがあります。

今日の食材の産地

食 材 名	産 地	食 材 名	産 地
さつまいも	千葉県	こまつな	足立区
たまねぎ	北海道	しょうが	熊本県
にんじん	千葉県	とり肉	山梨県
はくさい	茨城県	たら	北海道
ごぼう	青森県	いか	ペルー
もやし	栃木県	ちりめんじゃこ	国産
長ねぎ	千葉県	米	茨城県

今日の給食

令和8年 3月 3日 (火)



ひなだんゼリー



<こんだて名>

【ひな祭り献立】

- ・五目ちらし寿司
- ・ししゃものあられ揚げ
- ・すまし汁
- ・ひなだんゼリー
- ・牛乳

<一口メモ>

今日は、ひなまつりにちなんだ献立です。ひな祭りは「桃の節句」とも呼ばれ、子供の成長を祝うお祭りです。ちらし寿司は、海や野山の幸を色とりどりに盛り込んだ華やかなお寿司です。「ひしもち」の色には、冬から春への喜びが表されていて、赤は桃の花、白は雪、緑は新緑となっています。給食では、いちご、カルピス、抹茶味の3色のひなだんゼリーにしました。

今日の食材の産地

食 材 名	産 地	食 材 名	産 地
にんじん	千葉県	こまつな	足立区
だいこん	神奈川県	ししゃも	ノルウェー
えのきたけ	長野県	たまご	青森県
長ねぎ	千葉県	干しいたけ	大分県
かんぴょう	栃木県	米	茨城県

今日の給食

令和8年 3月 2日 (月)



<こんだて名>

- ごはん
- 鮭としらすのふりかけ
- 豚肉と厚揚げの煮物
- 豆とわかめの和風サラダ
- 牛乳

<一口メモ>

鮭としらすのふりかけは、鮭を焼いて細かくほぐし、しらすとごまを合わせ、塩・しょうゆ・酒で乾煎りしながら味付けました。ごはんがすすむふりかけです。豚肉と厚揚げの煮物は、豚肉のうまみが厚揚げや野菜に染み込むように、じっくり煮込みました。厚揚げは豆腐を揚げたもので、煮物に最適な食材です。野菜やきのこといっしょに煮込むことで栄養のバランスもよくなります。

今日の食材の産地

食 材 名	産 地	食 材 名	産 地
にんじん	千葉県	こまつな	足立区
だいこん	神奈川県	豚肉	茨城県
きゃべつ	千葉県	鮭	北海道
もやし	栃木県	しらす干し	兵庫県
しめじ	長野県	大豆	北海道
しょうが	熊本県	わかめ	宮城県・岩手県