

給食献立予定表

令和7年3月

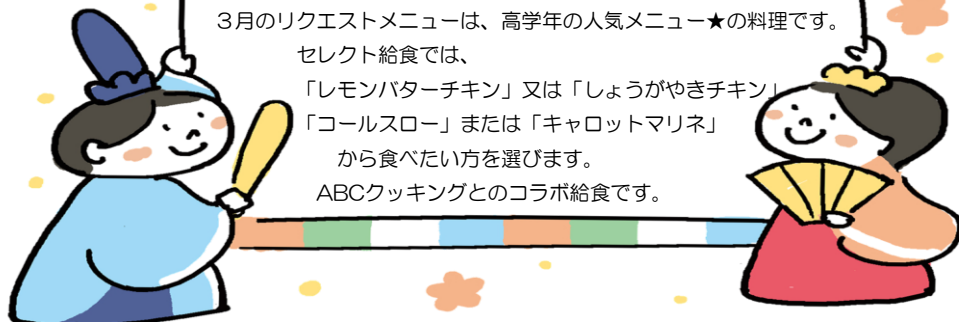
渋谷区立代々木山谷小学校

日・曜日	こんだて			おもなざいりょう			えいようりょう ※ちゅうがくねん
	しゅしよく	のみもの	おかず	あかのなかま	きいろのなかま	みどりのなかま	
				ちやにく、ほねになる	ねつやちからになる	からだのちようしをととのえる	
3月	こぎつねちらし ひなまつり献立	ぎゅうにゅう 	とうふのすましじる ひなまつりさんしよくゼリー	とりひきにく、あぶらあげ、たまご、ぎゅうにゅう、とうふ、かまぼこ、わかめ、とうにゅう	こめ、さとう、ひまわりあぶら、しろいりごま	にんじん、なほな、だいこん、ながねぎ、いちごピューレ	566 22.4
4火	★ジャージャーめん リクエスト給食	ぎゅうにゅう	ナムル もちもちポテト	ぶたひきにく、あかみそ、はつちようみそ、ぎゅうにゅう	ちゅうかめん、ひまわりあぶら、さとう、かたくりこ、ごまあぶら、しろいりごま、じゃがいも、なたねサラダあぶら(揚)	にんにく、しょうが、たまねぎ、ながねぎ、しいたけ、たけのこ、にんじん、きゅうり、だいずもやし、こまつな	622 22.6
5水	たべたらぎょうざどん	ぎゅうにゅう	ごもくスープ くだもの(りんご)	ぶたひきにく、ぎゅうにゅう、とりにく	こめ、ひまわりあぶら、かたくりこ、ぎょうざのかわ、なたねサラダあぶら(揚)、ごまあぶら	にんにく、しょうが、キャベツ、にら、にんじん、しいたけ、たけのこ、たまねぎ、りょうとうもやし、こまつな、りんご	597 24.3
6木	ごはん	ジョア (プレーン)	いかとだいのあまからあげ だいこんのみそじる ちゅうかざえ	ジョア、いか、だいの、あぶらあげ、しろみそ、あかみそ	こめ、かたくりこ、はくりきこ、なたねサラダあぶら(揚)、さとう、はるさめ、ごまあぶら	しょうが、だいこん、にんじん、こまつな、キャベツ、りょうとうもやし、きゅうり	571 25.3
7金	まるパン セレクト給食	ぎゅうにゅう	レモンバターチキン/しょうがやきチキン コールスロー/キャロットマリネ ポトフ	ぎゅうにゅう、とりにく、ウインナー、ぶたにく、いんげんまめ	まるパン、バター、かたくりこ、じゃがいも	レモンじる、キャベツ、とうもろこし、しょうが、にんにく、たまねぎ、にんじん、かぶ、かぶ	578 27.7
10月	とりもほろとごぼうのごはん	ぎゅうにゅう	ししやものいそべあげ とうにゅうみそじる やさいのおかかあえ	とりにく、ぎゅうにゅう、ししやも、あおのり、とうふ、あぶらあげ、しろみそ、あかみそ、とうにゅう、かつおぶし	こめ、むぎ、ごまあぶら、さとう、はくりきこ、なたねサラダあぶら(揚)、じゃがいも	ごぼう、にんじん、だいこん、ながねぎ、はくさい、こまつな	571 24.9
11火	あぶらふどん 宮城県の郷土料理	ぎゅうにゅう	おくずがけ がんづき	ささかまぼこ、たまご、ぎゅうにゅう、あぶらあげ、とうふ	こめ、むぎ、さとう、油ふ、しらたき、かたくりこ、うーめん、はくりきこ、くるごとう、くろいりごま	たまねぎ、にんじん、さやいんげん、だいこん、こまつな	652 25.2
12水	フィッシュバーガー (セルフサンド)	ぎゅうにゅう	トマトいりやさいスープ くだもの(デコボン)	ホキ、ぎゅうにゅう、ベーコン、とりにく	コッペパン、はくりきこ、パンこ、なたねサラダあぶら(揚)、ひまわりあぶら、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、キャベツ、トマト、デコボン	597 26.0
13木	ごはん	ぎゅうにゅう	さけのなのはなやき じゃがいもとごぼうのきんぴら やさいのからしあえ	ぎゅうにゅう、さけ、たまご	こめ、ひまわりあぶら、マヨネーズ、じゃがいも、いとこんにやく、さとう、ごまあぶら	しょうが、えのきたけ、バセリ、ごぼう、にんじん、キャベツ、こまつな	605 27.3
14金	カレーピラフ	ぎゅうにゅう	クリスピーチキン わかめとたまごのスープ	ベーコン、いか、ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく、とうふ、たまご、わかめ	こめ、オリーブオイル、ひまわりあぶら、はくりきこ、コーンフレーク、なたねサラダあぶら(揚)、かたくりこ、ごまあぶら	たまねぎ、にんじん、とうもろこし、ピーマン、にんにく、ながねぎ	664 27.1
17月	ごはん	ぎゅうにゅう	ブリのガーリックソース けんちんじる じゃこサラダ	ぎゅうにゅう、ぶり、とうふ、しらすほし	こめ、さとう、ひまわりあぶら、こんにやく、さといも、ごまあぶら、しろいりごま	たまねぎ、にんにく、しょうが、にんじん、ごぼう、だいこん、ながねぎ、キャベツ、こまつな	597 28.5
18火	わかめごはん	ぎゅうにゅう	とうふハンバーグ さわにわん いそあえ	わかめ、ぎゅうにゅう、ぶたひきにく、とうふ、とうにゅう、ぶたにく、きざみのり	こめ、むぎ、ひまわりあぶら、パンこ、かたくりこ、さとう	たまねぎ、にんじん、だいこん、ごぼう、たけのこ、しいたけ、ながねぎ、りょうとうもやし、こまつな	570 25.3
19水	みそこみうどん 春の彼岸献立	ぎゅうにゅう	ぼたもち くだもの(いちご)	ぶたにく、あぶらあげ、ちくわ、しろみそ、あかみそ、ぎゅうにゅう、あずき、きなこ	うどん、ひまわりあぶら、さとう、もちこめ、こめ、さとう	にんじん、だいこん、はくさい、ながねぎ、いちご	579 26.3
21金	ビーフカレーライス リクエスト給食	ぎゅうにゅう	こんにやくサラダ ★フルーツパンチ	ぎゅうにゅう、ぎゅうにゅう	こめ、むぎ、ひまわりあぶら、じゃがいも、はくりきこ、こんにやく、さとう、ごまあぶら、しろいりごま	たまねぎ、にんにく、しょうが、にんじん、きゅうり、りょうとうもやし、パインかん、みかんかん、りんごかん	716 20.2
栄養量は中学年のものです。 低学年の栄養量は中学年の栄養量の20%減、高学年の栄養量は中学年の栄養量の20%増です。 食材料の都合により、献立の内容が変更されることがあります。あらかじめ、御了承願います。							606 25.2
へいきん							650 21.1~32.5
きじゅんりょう							

♪3月の予定♪

3月のリクエストメニューは、高学年の人気メニュー★の料理です。

セレクト給食では、
「レモンバターチキン」又は「しょうがやきチキン」
「コールスロー」または「キャロットマリネ」
から食べたい方を選びます。
ABCクッキングとのコラボ給食です。




6年生ごそつぎょう
おめでとうございます!!