



3月予定献立表



家庭数

《今月のめあて》

たのしいきゅうしょくにしよう!

平成30年度

給食回数 14 回

武蔵野市立本宿小学校

日 曜	こんだて	牛乳	つかうもの(材料)			コメント	ランチルーム
			体をつくる(あか)	力や熱となる(き)	体の調子をととのえる(みどり)		
1 金	たきこみちらしずし すましじる さわらのさいきょうやき フルーツしらたま		こんぶ あぶらあげ けずりぶし さわら みそとうふ	はくまい あぶら さとう おふ しらたまこ ベにこうじ	にんじん ほしいいたけ ごぼう れんこん いんげん はくさい ながねぎ ほうれんそう	1日(金) ひな祭りメニュー です!	
4 月	セルフサンド(ミルクパン ハンバーグ トマトソースかけ キャベツソテー) イタリانسープ からあげポテト	○	ぶたにく スキムミルク ひじき おから とりにく ベーコン とりがら ぎゅうにゅう	パン ドライパンこ あぶら マカロニじゃがいも	たまねぎ キャベツ にんじん はくさい こまつな マッシュルーム セロリ にんにく		1-1 6-1
5 火	マーボー豆腐どん やさしいスープ うどのきんぴら	○	とうふ ぶたにく みそ とりがら ぎゅうにゅう	しちぶまい むぎ あぶら ごまあぶら さとう でんぶん じゃがいも	ながねぎ たけのこ にんじん ほしいいたけ にんにく しょうが キャベツ たまねぎ こまつな セロリ ごぼう うど	5日(火) うどのきんぴら 武蔵野市特産物のう どをきんぴらにしま す。うどは武蔵野市 で育ったものを使用 します。春の野菜を 味わってください。	
6 水	やきそばごもくあなか かわりはるまき しろいんげんまめのあまに	○	ぶたにく とりがら チーズ かじき しろいんげんまめ ぎゅうにゅう	ちゅうかめん ごまあぶら でんぶん はるまきのかわ こむぎこ あぶら さとう	にんじん もやし キャベツ たまねぎ たけのこ こまつな にんにく しょうが いんげん		
7 木	ごはん みそしる ツナのあつやきたまご やさいいため	○	なまわかめ みそ けずりぶし たまご ツナ ひじき ぶたにく ぎゅうにゅう	しちぶまい あぶら さとう ごまあぶら	だいこん はくさい ながねぎ たまねぎ こまつな もやし にんじん		
8 金	あぶらあげいりちやめし うどのすましじる れんこんのりあげ やさしいピリカラいため		あぶらあげ こんぶ たまご けずりぶし とりにく スキムミルク のり さつまあげ	しちぶまい むぎ でんぶん じゃがいも なまパンこ さとう あぶら ごまあぶら	うど ながねぎ こまつな れんこん しょうが キャベツ にんじん チンゲンサイ	●月平均栄養価● エネルギー625kcal たんぱく質 25.5g 脂肪 20.8g	1-2 6-2
11 月	くるごとうパン ヘルシーグラタン カレーポトフミルクココア		ひじき こうや豆腐、ベーコン ぎゅうにゅう スキムミルク チーズ ぶたにく とりがら	パン あぶら こむぎこ パター じゃがいも さとう	きりぼしだいこん ほしいいたけ たまねぎ コーン にんじん キャベツ アスパラ セロリ にんにく		
12 火	にんにくライス わかめスープ さけのムニエル やさいソテー	○	なまわかめ とりにく とりがら ベーコン ぎゅうにゅう	しちぶまい パター あぶら でんぶん こむぎこ ごまあぶら	にんにく にんじん パセリ ほしいいたけ たまねぎ こまつな しょうが もやし キャベツ		
13 水	スパゲッティーナポリタン パンシチュー キャベツソテー	○	ぶたにく ベーコン たまご とりにく とりがら スキムミルク ぎゅうにゅう	スパゲッティ あぶら パター こむぎこ さとう	たまねぎ にんにく ビーマン ホールトマト パセリ にんじん マッシュルーム セロリ キャベツ	13日(水) パンシチュー パン生地から手作り します。熱々のシ チューの上に、パン 生地でふたをして、 焼き上げます。	4-1 5-2
14 木	ごはん みだくさんみそしる ヒレかつ やさいいため	○	ぶたにく みそ けずりぶし あぶらあげ ぎゅうにゅう	しちぶまい あぶら こんにやく ごまあぶら こむぎこ ドライパンこ なまパンこ ごま	にんじん ごぼう だいこん ながねぎ こまつな キャベツ もやし かきな コーン		4-2 5-1
15 金	わかめごはん すましじる こうや豆腐いりすぶた おんやさいヨーグルト		わかめ とうふ けずりぶし ぶたにく こうや豆腐 ヨーグルト	しちぶまい むぎ あぶら ごまあぶら でんぶん さとう	にんじん ながねぎ にら しょうが たまねぎ たけのこ ほしいいたけ ビーマン もやし こまつな はくさい		2-1 3-2
18 月	ガーリックトースト トマトシチュー おんサラダ いちご	○	とりにく とりがら ぎゅうにゅう なまクリーム	パン パター じゃがいも あぶら さとう こむぎこ こんにやく ごまあぶら	にんにく パセリ たまねぎ マッシュルーム にんじん セロリ ホールトマト キャベツ れんこん チンゲンサイ いちご	20日(水) 今年度最後の給食 は、みんなの人気メ ニューにしました。6 年生のリクエストメ ニューでもあります。 給食を味わいなが ら、楽しい時間にして ください。	2-1 3-2
19 火	ひじきごはん なまあげのみそしる さばのねぎソース やさいソテー	○	こんぶ あぶらあげ ひじき なまあげ みそ けずりぶし さば やきぶた ぎゅうにゅう	しちぶまい むぎ さとう でんぶん あぶら ごま ごまあぶら	にんじん キャベツ ながねぎ こまつな もやし たけのこ にら		2-2 3-1
20 水	たまねぎカレーライス ポイルやさしい かんこくふうドレッシング フローズンヨーグルト	○	ぶたにく とりがら わかめ フローズンヨーグルト ぎゅうにゅう	しちぶまい むぎ あぶら ごま じゃがいも こむぎこ パター こんにやく ごまあぶら さとう	たまねぎ にんじん セロリ にんにく しょうが キャベツ もやし かきな		

※材料は全てを表示しているわけではありません。

献立は都合により変更される事もあります。

給食費について

年間給食費は、3月分で調整します。行事や学級閉鎖に伴い学年、クラスに応じて徴収金額が違います。1年生は4月分を徴収していないので徴収金額が高くなります。くわしくは別紙配布する『3月分給食費の集金について』をご覧ください。



6年生

リクエストメニュー

2月~3月で6年生がリクエストしたメニューが登場します!

今日は...

- 1日(金)フルーツ白玉
- 4日(月)からあげポテト
- 20日(水)カレーライス
- フローズン
- ヨーグルト



4月から

親子方式給食になります!

本宿小給食室で第三小の給食も作り、トラックで運びます。給食室で作る給食は、420食から約900食に増えますが、夏休み中に工事を済ませ、準備を整えてきました。

4月から、2校の子供たちのために、おいしい給食が提供できるよう、努力してまいります。これからもよろしくお願ひいたします。