



3月予定献立表

《今月のめあて》
たのしい きゅうしょくにしよう



令和6年度 3月

給食回数 14 回

武蔵野市立第五小学校

日 曜	こ ン だ て	牛乳等	つ か う も の (材 料)			コ メ ン ト
			体をつくる(あか)	力や熱となる(き)	体の調子をとのえる(みどり)	
3 月	まぜまぜそぼろちらし すましじる めかじきのてりやき あおなのごまあえに	○	とりにくやどうふ かつおぶし こんぶ ゆば めかじき あぶらあげ ぎゅうにゅう	こめ くるまい さとう あぶら でんぶん ごま ごまあぶら	しょうが かんぴょう にんじん ほししいたけ さやいんげん ほうれんそう こまつな キャベツ もやし	3日(月) ひなまつり献立 3月3日は桃の節句、 『ひなまつり』です。女 の子の健やかな成長や 幸せを祈って、お祝いし ます。  6日(木) 6年生お祝い給食 お祝い給食では、6年 生のみ通常献立の他に 特別メニューも作りま す。お楽しみに！  5、10、21日 6年生家庭科コラボ 各クラス代表班の献立 を給食にほとんどそのま ま取り入れました。どの 献立も優しい気持ち溢れ る良い献立でした。  ☆6年生リクエスト給食☆ ↓↓ 11日(火) マカロニカレーグラタン 12日(水)ピカロネス (かぼちゃドーナツ) 18日(火)あげパン 21日(金)カレーライス (カツカレー) 
4 火	ごはん ゆかりとじゃこのふりかけ みそしる ゆずおろしハンバーグ ひじきのあまからいため	○	ちりめんじゃこ おから かつおぶし あおのり とうふ みそ こんぶ ぶたにく だいず ひじき とりにく ぎゅうにゅう	こめ ごま さとう あぶら パンこ でんぶん こんにやく	にんじん ゆかりこ ほうれんそう ながねぎ たまねぎ だいこん ゆず こねぎ こまつな キャベツ しょうが	
5 水	しゃくパン てづくりリンゴジャム かきたまじる ふゆやさいとりにくのアーヒージョ	○	たまご わかめ とうふ ぶたにく かつおぶし こんぶ とりにく ぎゅうにゅう	パン さとう あぶら でんぶん オリーブあぶら こむぎこ	りんご レモン かぶのは にんにく ブロッコリー エリンギ かぶ ミント	
6 木	ポロネーゼふうспаゲティ スコッチブロス フライドポテト デコボン	○	ぶたにく とりにく だいず ベーコン とりがら ぶたがら ぎゅうにゅう	スパゲッティ あぶら こむぎこ おしむぎ じゃがいも でんぶん	たまねぎ にんじん にんにく ホールトマト あかピーマン キャベツ セロリ パセリ デコボン	
7 金	ジャーチャンどうふどん わかめのスープ きなこだんご	○	なまあげ ぶたにく みそ とりがら ぶたがら わかめ とりにく とうふ きなこ ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう ごまあぶら でんぶん しらたまこ くらざとう	ながねぎ にんじん たまねぎ しょうが にんにく	
10 月	みなみうおぬまごはん とんじる さけのさいきょうやき ほうれんそういりにびたし デコボン	○	ぶたにく あぶらあげ みそ かつおぶし こんぶ さけ ぎゅうにゅう	こめ こんにやく あぶら さとう でんぶん ごま	だいこん ごぼう にんじん ながねぎ ほうさい ほうれんそう デコボン	
11 火	セルフサンド(コッペパン) コリコリサンドぐ コンソメスープ マカロニカレーグラタン	○	ぶたにく だいず みそ ベーコン とりがら ぶたがら とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム チーズ	パン あぶら さとう でんぶん じゃがいも マカロニ こむぎこ パター	ごぼう たまねぎ にんじん キャベツ こまつな マッシュルーム パセリ	
12 水	にこみうどん ピカロネス ジャコいりいとんソテー いちご	○	とりにく かつおぶし こんぶ ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう	うどん あぶら でんぶん さつまいも こむぎこ さとう こんにやく	だいこん ほうさい にんじん ながねぎ こまつな かぼちゃ いちご	
13 木	ハヤシライス わふうジャーマンポテト きんときまめあまに	○	ぶたにく とりがら ぶたがら ベーコン あおのり きんときまめ ぎゅうにゅう	こめ あぶら こむぎこ さとう じゃがいも	たまねぎ にんじん マッシュルーム セロリ トマトピューレ にんにく	
14 金	ガーリックチャーハン ワンタンスープ きりほしだいこんのいために いちご	○	ぶたにく とりにく とりがら ぶたがら あぶらあげ ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう ワンタンのかわ ごまあぶら	にんにく しょうが たけのこ ほししいたけ ながねぎ にんじん こまつな きりほしだいこん いちご	
17 月	にくもりうどん (うどん・つけじる・かてやさい) ちくわのいそべあげ ひじきに	○	ぶたにく かつおぶし ちくわ あおのり ひじき さつまあげ あぶらあげ ぎゅうにゅう	うどん さとう こむぎこ でんぶん あぶら こんにやく	もやし しょうが ながねぎ こまつな だいこん にんじん ごぼう	
18 火	あげパン(きなこ) ABCスープ チリコンカン いちご	○	きなこ ぶたにく とりがら ぶたがら きんときまめ ぎゅうにゅう	パン あぶら さとう パスタ	キャベツ にんじん たまねぎ こまつな セロリ にんにく ホールトマト いちご	
19 水	おせきはん すましじる きんめだいのしおこうじやき にくじゃがに デコボン	○	あずき ゆば かつおぶし こんぶ きんめだい ぶたにく ぎゅうにゅう	もちごめ こめ ごま さとう でんぶん あぶら じゃがいも しらたき	にんじん ほうれんそう ながねぎ たまねぎ こまつな しょうが デコボン	
21 金	カレーライス ひとくちヒレカツ ポイルやさい おろしポンずドレッシング パニオアイス	○	ぶたにく とりがら ぶたがら ちりめんじゃこ かつおぶし アイスクリーム ぎゅうにゅう	こめ おしむぎ じゃがいも こむぎこ あぶら さとう でんぶん パンこ こんにやく ごまあぶら	にんじん たまねぎ セロリ しょうが にんにく キャベツ こまつな だいこん ゆず	

月平均栄養価 エネルギー 626kcal 牛乳らん ○●牛乳

たんぱく質 27.3g 脂質 23.0g

※材料は全てを表示しているわけではありません。

令和6年度の給食

いよいよ今年度最後の月となりました。今のクラスで給食を食べる日も残りわずかですが、仲間と一緒に、思い出に残る給食の時間を過ごしてくださいね。



6年生のみなさんご卒業おめでとうございます

「知力」と「体力」の基本となるものが毎日の正しい「食生活」です。「食べることを大切にして充実した毎日を送ってください。そして夢に向かって輝く未来を切り開いてくださいね。



五小ホームページ
給食献立



☆(ほぼ)毎日更新☆
『献立写真』掲載しています。食に関するコメントも有ります。

