



日・曜日	献立名			主な材料名			栄養価
	主食	のりもの	主菜 副菜など	からだの血や肉になる 赤の食品	熱や力のもとになる 黄色の食品	からだの調子を整える 緑の食品	エネルギーkcal たんぱく質g
2月	ごはん	牛乳	とりの照り焼き 臭汁 くきわかめとツナの和え物	とりにく だいず とうふ みそ けずりぶし くきわかめ ツナ ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも こんにやく あぶら さとう ごま ごまあぶら	にんじん だいこん ながねぎ こまつな ★もやし	623kcal 26.1g
3火	五目ちらし寿司 ひなまつり献立	牛乳	赤魚の利休焼き 吉野汁 ひなまつり白玉	とりにく あぶらげ あかうお みそ とうふ けずりぶし ぎゅうにゅう	こめ さとう あぶら ごま さといも でんぱん しらたまこ	にんじん れんこん かんぴょう しいたけ さやえんどう しょうが だいこん たけのこ はくさい ねぎ いちご ★フルーツミックス	664kcal 27.6g
4水	きなこ揚げパン 6年生思い出給食	牛乳	野菜と豆のポトフ じゃこサラダ 果物(でこぼん)	きなこ いんげんまめ とりにく ウイナー けずりぶし ★ちりめんじゃこ ぎゅうにゅう	ミルクパン さとう あぶら じゃがいも ごまあぶら ごま	にんじん たまねぎ キャベツ さやえんどう しょうが にんにく コーン でこぼん	630kcal 24.9g
5木	五穀ごはん	牛乳	厚揚げのチーズ田楽 五目煮豆 いらたまみそ汁 果物(かんべい)	なまあげ みそ チーズ だいず とりにく こんぶ たまご けずりぶし ぎゅうにゅう	こめ もちこめ おおむぎ き び あかまい さとう あぶら ごま でんぱん	ながねぎ しょうが にんじん ごぼう たまねぎ いら えのきたけ みかん	640kcal 25.4g
6金	とりごぼうピラフ 100年フード:茨城県	牛乳	にらたまスープ パリパリれんこんサラダ ほしものカップケーキ	とりにく とうふ たまご けずりぶし ぎゅうにゅう	こめ あぶら バター さとう ごまあぶら こむぎこ ほしい も	ごぼう にんじん グリンピース にんにく たまねぎ いら キャベツ コーン れんこん	692kcal 22g
9月	たきこみごはん	牛乳	厚焼き玉子 浅漬 豚汁 果物(たんかん)	とりにく たまご ぶたにく とうふ あぶらげ みそ ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう じゃがいも こんにやく	ほししいたけ しめじ まいたけ たまねぎ にんじん きゅうり はくさい だいこん ごぼう ながねぎ たんかん	674kcal 28g
10火	ポークカレーライス 6年生思い出給食	牛乳	温野菜のごまドレッシング ピーチヨーグルト	ぶたにく ヨーグルト ぎゅうにゅう	こめ じゃがいも あぶら こむぎこ バター さとう ごまあぶら ごま	たまねぎ にんじん にんにく しょうが グリンピース ★りんご はくさい きゅうり ★おうとうかん	671kcal 18.3g
11水	三陸わかめごはん 防災まなご給食	牛乳	ささかまぼこの南部揚げ 八杯汁(福島) 切り干し大根とツナの炒め煮 果物(きよみオレンジ)	カットわかめ ささかまぼこ あぶらげ とうふ けずりぶし ツナ ぎゅうにゅう	こめ ごま こむぎこ あぶら さといも でんぱん さとう ごまあぶら ごま	ごぼう にんじん ながねぎ だいこん はくさい ほししいたけ きりぼしだいこん きよみオレンジ	624kcal 23g
12木	きびごはん 旬:新じゃが	牛乳	焼きししゃも 新じゃがのぴり辛煮 変わりきんぴら 果物(紅プリンセス)	ししゃも ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう	こめ きび さとう あぶら じゃがいも こんにやく ごまあぶら スパゲティ	ながねぎ にんにく にんじん たまねぎ ごぼう さやいんげん ペにプリンセス	669kcal 24.5g
13金	八王子ラーメン 6年生思い出給食	牛乳	ツナポテトぎょうざ 果物(いちご)	ぶたにく けずりぶし うずらの たまご ツナ ぎゅうにゅう	むしちゅうかめん あぶら ごまあぶら ごま じゃがいも ぎょうざのかわ	たけのこ にんにく しょうが コーン きくらげ ★もやし こまつな たまねぎ いちご	601kcal 24.2g
16月	氏照ごはん 滝山城御膳	牛乳	魚の桜風あられ揚げ 小田原かまぼこのごま和え 寄居町のトントロリンスープ	ます かまぼこ ぶたにく けずりぶし ぎゅうにゅう	こめ もちこめ おおむぎ き び こむぎこ でんぱん あぶら さとう ごま ぶがあられ	にんじん ★もやし こまつな しょうが えのきたけ コーン ながねぎ	657kcal 28.5g
17火	スパゲティミートソース セレクトドリンク	牛乳	白いんげん豆のスープ キャベツとコーンのサラダ セレクトドリンク	ぶたにく チーズ ベーコン いんげんまめ けずりぶし	スパゲティ オリーブオイル あぶら じゃがいも はちみつ コーンスターチ	にんじん たまねぎ にんにく セロリー ホールトマト はくさい パセリ キャベツ コーン	636kcal 24.1g
18水	ごまじゃこごはん 旬:なのはな	牛乳	豆腐ハンバーグ 菜の花の和え物 さつまいものみそ汁	★ちりめんじゃこ とうふ ぶたにく たまご ぎゅうにゅう あぶらげ みそ	こめ ごま バター パンこ さとう あぶら さつまいも こんにやく	たまねぎ だいこん しょうが なば な つな にんじん コーン えのきた け ながねぎ	665kcal 28.6g
19木	お赤飯 卒業・進級お祝い献立	牛乳	鱈の西京焼き くずきりのすまし汁 彩り和え 果物(いちご)	あずき さわら みそ とりにく かまぼこ けずりぶし あぶらあ げ かつおぶし ぎゅうにゅう	こめ もちこめ ごま さとう くずきり ごまあぶら	はくさい にんじん えのきたけ ながねぎ つな ★もやし しめじ いちご	607kcal 27.4g

献立は材料の入荷状況により変更する事があります。★マークは本校のアレルギー食材となります。

ひなまつり献立



ひなまつりは、女の子の健やかな成長と
幸せを願ってお祝いする行事で、
『桃の節句』ともよばれます。
3日の給食では、「ちらし寿司」と
「ひなまつり白玉」をいただきます。

卒業お祝い献立



もち米に、「小豆」または「ささげ」を混ぜて
蒸したおこわです。昔から、お祝いごとの
ある日に食べられてきました。
6年生の卒業を祝って、
19日の給食でいただきます。

6年生思い出給食



卒業を記念して6年生を対象に思い出に残
っている給食のアンケートを行いました。
いくつかを3月の給食でいただきます。
ひる ほうそうじかん えら
お昼の放送時間に選んだエピソードのいく
つかをお知らせします。