



学校給食予定献立表

(令和 2年 3 月)

磐田市立向笠小学校 10回  
磐田市立向笠幼稚園 7回

日曜	献立名	主に体を作るもと(赤)		主に体の調子を整えるもと(緑)		主に熱や力のもと(黄)		調味料	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
		1群 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群 牛乳・小魚 海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜 果物	5群 米・パン・めん いも・砂糖	6群 油脂 種実など		
2月	ロールパン					ロールパン			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						640
	ししゃもフライ		ししゃもフライ				あぶら		30.7
	ほうれんそうのごまサラダ			ほうれんそう	コーン	ごま さとう	あぶら	す しょうゆ	23.8
	シーフードチャウダー	あさり えび レンズまめ ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ エリンギ えだまめ にんにく	じゃがいも こめこ	バター	とりがらスープ ワイン しお フイオン こしょう	2.3
3月	むぎごはん			ひなまつり きゅうしやく		むぎごはん			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						607
	ちらしずしのぐ	きんしたまご		にんじん さやえんどう	れんこん ごぼう ほししいたけ	さとう		しょうゆ さけ みりん す かつおぶし	27.2
	さわらのさいきょうやき	さわらのさいきょうやき							15.9
	はなふのすましじる	とうふ かまぼこ	わかめ	にんじん みつば	たまねぎ たけのこ えのきだけ	はなふ		しょうゆ さけ しお かつおぶし	1.7
ひなあられ					ひなあられ				
4月	げんまいりロールパン					げんまいりロールパン			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						595 23.7 20.1 2.7
	オムレツクチャップソース	オムレツ				さとう		クチャップ ソース ワイン	
	ポトフ	ウインナー		にんじん	たまねぎ キャベツ かぶ セロリ にんにく	じゃがいも		とりがらスープ ワイン しょうゆ しお フイオン こしょう	(誕生日)
	ヨーグルトあえ		ヨーグルト		ももかんづめ パインかんづめ				688 28.1 26.7 2.8
おたんじょうびデザート			★3月うまれのひと 1~3年生★		ミニエクレア				
5月	ごはん					ごはん			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						612 23.0 17.1 1.9
	ジィチィホワンドゥ	とりにく だいず		はねぎ	しょうが	さとう かたくりこ		しょうゆ さけ	
	はるさめのちゅうかあえ			タアサイ	キャベツ	はるさめ さとう	ごま ごまあぶら	しょうゆ す しお	(誕生日)
	ワンタンスープ			にんじん チンゲンサイ	たまねぎ もやし ほししいたけ	はくいりワンタン	ごまあぶら	とりがらスープ さけ しお しょうゆ フイオン こしょう	705 24.4 29.7 2.0
おたんじょうびデザート			★3月うまれのひと 4~6年生★		ミニエクレア				
6月	ごはん					ごはん			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						603
	あげどうふのきのこソース	あげどうふ			ぶなしめじ えのきだけ しいたけ	さとう かたくりこ	あぶら	しょうゆ みりん かつおぶし	21.3
	きりほしだいこんのサラダ			タアサイ にんじん	きりほしだいこん コーン	さとう	ごまあぶら	しょうゆ す しお	17.3
	こんさいのみそじる	とりにく あぶらあげ みそ		にんじん はねぎ	だいこん ごぼう こんにゃく	じゃがいも		かつおぶし	1.5
デコボン				デコボン					
9月	ソフトめん					ソフトめん			
	ビーンズソース	ぶたにく だいず レンズまめ	チーズ	にんじん トマト	たまねぎ しょうが にんにく	こむぎこ さとう	バター あぶら	クチャップ とりがらスープ ソース ワイン フイオン しお こしょう	732
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						27.6
	アメリカンドック	フランクフルト	ぎゅうにゅう			ホットケーキミックスこ	あぶら		26.7
みかんサラダ				みかんかんづめ キャベツ	さとう		りんごす しお	2.6	
10月	むぎごはん					むぎごはん			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						642
	ホキとだいずのあまからあえ	ホキでんぶんつき だいず とりレバーでんぶんつき			しょうが	さとう かたくりこ	あぶら	しょうゆ さけ みりん	30.1
	わけぎのぬた	みそ	わかめ	わけぎ	コーン こんにゃく	さとう		す さけ	18.3
	かきたまじる	とうふ たまご とりにく		にんじん チンゲンサイ	たまねぎ ぶなしめじ	かたくりこ		しょうゆ みりん しお かつおぶし	2.3
いちごのおいしいケーキ(幼)					いちごのおいしいケーキ				

日曜	献立名	主に体を作るもと(赤)		主に体の調子を整えるもと(緑)		主に熟や力のもと(黄)		調味料	エネルギー (kcal) たんぱく質 [g] 脂質[ g] 食塩相当量[ g]
		1群	2群	3群	4群	5群	6群		
		魚・肉・卵 豆・豆制品	牛乳・小魚 海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実など		
11	せわりロールパン					ロールパン			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						592
	ポークサンドのぐ	ぶたにく			たまねぎ りんご にんにく	さとう かたくりこ		しょうゆ とうがらし	28.6
	コールスローサラダ			あかパプリカ	キャベツ	さとう	あぶら	りんごす しお こしょう	20.1
	チンゲンサイのクリームシチュー	とうにゅう ベーコン レンズまめ	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ マッシュルーム にんにく	じゃがいも こむぎこ	バター なまクリーム あぶら	とりがらスープ ブイヨン しお こしょう	2.2
12	いちご				いちご				
	ごはん					ごはん			
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						641
	からあげ	とりにく			にんにく しょうが	かたくりこ	あぶら	しょうゆ さけ	26.0
木	だいずとひじきのいために	だいず ちくわ	ひじき	にんじん さやいんげん	こんにゃく	さとう	あぶら	しょうゆ みりん さけ かつおぶし	22.3
	なまあげのみそしる	なまあげ みそ		にんじん ほうれんそう	はくさい ごぼう えのきたけ			かつおぶし	1.8
	わかめおにぎり		わかめごはんのもと					ごはん	
6年生 バイキング メニュー	ゆかりおにぎり			ゆかりこ				ごはん	しお
	いなりずし	あじつけあぶらあげ						ごはん	すしず
	いちごジャムサンド					しょくパン いちごジャム			
	さつまいもコロッケ					さつまいもコロッケ あぶら			
	きんししゅうまい	きんししゅうまい							
	いかつつみ	いかつつみ							
	えびつつみ	えびつつみ							
	ブロッコリー			ブロッコリー					しお
	いそべあえ		のり	ほうれんそう	ぶなしめじ				しょうゆ
	フレンチサラダ				キャベツ きゅうり コーン	さとう	あぶら	りんごす しお	
	りんご				りんご				
	ネーブル				ネーブル				
	メロン				メロン				
	ロールケーキ(ショコラ)						ロールケーキ(ショコラ)		
ロールケーキ(カスタード)						ロールケーキ(カスタード)			
ロールケーキ(きよほう)						ロールケーキ(きよほう)			
13	せきはん			ぞつぎょう・しんきゅういわいぎゅうしょく		せきはん	ごましお		(いちご) 660 22.3 21.5 2.1
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう						
	ポテトのホイルつつみ	ベーコン		パセリ		じゃがいも	バター	しお こしょう	
	なのはなのあえもの			なばな	キャベツ	さとう		しょうゆ みりん	
	わかめじる	とうふ	わかめ	にんじん	たまねぎ たけのこ えのきたけ ねぶかねぎ			しょうゆ さけ しお かつおぶし	(さくら) 666 22.7 24.3 2.1
いちごのケーキ					いちごのケーキ				
さくらのケーキ				☆おいわいデザートセレクト☆		さくらのケーキ			

※ 材料の都合により、献立を変更することがあります。

☆ 献立の詳細が必要な場合は、お問い合わせください。(Tel 38-0390)

☆ 油はなたね油を使用しています。

☆ スプーンがあると食べやすい献立については  スプーンマーク がついています。

**3月3日はひな祭り 桃の節句です。**

### ひしもち

ひな祭りに供えるようになったのは、江戸時代からです。  
ひし形は、桃の葉をかたどっています。三色の白は雪、赤は桃の花  
緑は若草を意味し、冬から春に変わっていく喜びを表しています。

