

【令和6年度 3月小学校給食予定献立表】

桶川市教育委員会（桶川市立日出谷小学校）

日	献立名	牛乳	おもにエネルギーのもとになる食品 (きいろ)	おもに体をつくるもとになる食品 (あか)	おもに体の調子をととのえる食品 (みどり)	エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
3月	ひな寿司	○	精米 さとう	千切り玉子 とり肉 油あげ	れんこん にんじん 干しいたけ	617 kcal
	焼き魚			さわら西京味噌漬		28.0 g
	ごま和え		ごま さとうなたね油		ほうれんそう キャベツ にんじん	
	くだもの				はるか	
4月	ミルクココア	○	ミルクココア			593 kcal
	揚げパン		コッペパン グラニュー糖 なたね油			19.6 g
	肉団子のトマト煮		じゃがいも なたね油	肉団子 豆乳	セロリー にんじん 玉ねぎ キャベツ にんにく カットトマト	
5月	キムチラーメン	○	なたね油 ごま油 ラー油	鶏ささみチャック みそ	はくさい(キムチ漬け) にんじん キャベツ ねぎ しょうが にんにく	601 kcal
	(ちゅうかめん)		ちゅうかめん			21.5 g
	中華和え		さとう ごま油		ほうれんそう りょくとうもやし にんにく しょうが	
	ずんだカップケーキ		小麦粉 ずんだソース さとう バター	牛乳		
6月	ごはん	○	精米 おおむぎ			593 kcal
	つくねのあんかけ		さとう でんぶん	平つくね		20.5 g
	小松菜のひじき炒め		なたね油	おさかなウィンナー ひじき	こまつな にんじん りょくとうもやし	
	ピリ辛みそ汁		じゃがいも	とうふ 油あげ みそ	にんじん コーン ねぎ	
7月	パブリカアイス(アイスがけ)	○	なたね油 小麦粉 バター	とり肉 えび あさり 牛乳 チーズ スキムミルク	玉葱 にんじん ぶなしめじ パセリ	603 kcal
	(パブリカアイス)		精米 おおむぎ バター			25.8 g
	もやしのサラダ		なたね油 さとう		りょくとうもやし こまつな にんじん	
10月	カレー	○	じゃがいも なたね油 小麦粉	ぶた肉	玉葱 しょうが にんにく にんじん トマトピューレ	742 kcal
	ライス		精米 おおむぎ			21.3 g
	フルーツポンチ		みかんゼリー		パイナップル(缶) りんご(缶) 黄桃(缶)	
11月	ごはん	○	精米 おおむぎ			625 kcal
	もうかざめの南蛮漬け		なたね油 さとう ごま油	もうかでんぶんつき	にんにく ねぎ	23.6 g
	みそドレわかめサラダ		すりごま なたね油 さとう	わかめ みそ	キャベツ にんじん	
	せんべい汁		南部小麦かき煎餅 なたね油	とり肉	にんじん だいこん ごぼう 干しいたけ ぶなしめじ	
12月	子どもパン	○	子どもパン			606 kcal
	オムレットトマトソースかけ		さとう	オムレット		19.7 g
	ごぼうサラダ		マヨネーズ(卵不使用) なたね油 ごま		ごぼう キャベツ コーン にんじん	
	ジュリエンスープ		じゃがいも なたね油	ベーコン	だいこん にんじん 玉ねぎ	
13月	マーボー丼	○	さとう でんぶん ごま油 なたね油	ぶた肉 とうふ みそ	にんじん 玉ねぎ しょうが にんにく 干しいたけ たけのこ ねぎ	600 kcal
	(ごはん)		精米 おおむぎ			24.1 g
	ワンタンスープ		米粉ワンタン		りょくとうもやし 玉ねぎ にんじん こまつな	
14月	切干大根とツナの のたきこみごはん	○	精米 おおむぎ なたね油	まぐろ油漬け 油あげ	切干大根 にんじん 干しいたけ ぶなしめじ こねぎ	598 kcal
	わかさぎフリッター		なたね油	わかさぎフリッター		22.3 g
	野菜炒め		なたね油	ぶた肉	キャベツ にんじん りょくとうもやし	
17月	挽肉ともやしのあんかけ丼	○	さとう でんぶん なたね油 ごま油	ぶた肉 とり肉	しょうが にんにく りょくとうもやし にら にんじん 干しいたけ	588 kcal
	(ごはん)		精米 おおむぎ			25.0 g
	芋の子汁		さといも こんにゃく なたね油	とうふ 油あげ	だいこん にんじん ねぎ	
18月	黒パン	○	黒パン			616 kcal
	魚のピザソース焼き			ホキ チーズ	玉ねぎ ドライトマト	31.4 g
	青菜とコーンのソテー		なたね油	ベーコン	ほうれんそう コーン キャベツ にんじん	
	彩り野菜スープ		じゃがいも	野菜ミックスボール	玉葱 だいこん にんじん	
19月	赤飯	○	精米 もち米 ごま	小豆		590 kcal
	鶏の唐揚げ		でんぶん なたね油	とり肉	しょうが	17.2 g
	菜の花のからし和え			かつお節	なばな キャベツ こまつな にんじん	
	すまし汁			わかめ おさかなだんご	にんじん ねぎ	
	お祝いデザート		デザート			

* 食中毒防止のため生野菜は控えてあります。
* 都合により献立および食材を変更することがあります。

給食回数13回

3月分平均摂取栄養量

学校給食食事摂取基準

619 kcal

24.1 g

650 kcal

27.6 g

【給食費について】

病気や事故その他の理由で給食を食べないことが見込まれる場合は、学校に給食を止める連絡をお願いします。

給食停止期間が連続5日以上となった場合、その日数により、給食費の返金の対象となる場合があります。

|

|