

れいわ ねんど
令和6年度



すみだくりつやなぎしましやうがっこう きゅうしよくこんだてよていひやう
墨田区立柳島小学校 給食献立予定表

※献立や食材は都合により変更になる場合がございます。
※エネルギー、たんぱく質、脂質は中学年のものです。

日	献立(牛乳が毎日付きます)	血や肉になる食品 (あか)	熱や力の元になる食品 (きいろ)	体の調子を整える食品 (みどり)	エネルギー たんぱく質 脂質	
3月	【上巳の節句(ひな祭り)】 うなぎのちらし寿司 花麩と豆腐のすまし汁 白桃ゼリー	たまご うなぎ(かば焼き) 桜でんぶ とり肉 豆腐	飲用牛乳 粉寒天	米 さとう 焼きふ	油 にんじん さやえんどう こまつな 干しいたけ かんぴょう たまねぎ ピーチネクター 白桃缶 ナタデココ	566 kcal 23.6 g 18.1 g
4火	【卒業を祝う会】 赤飯 真鯛の西京焼き 土佐和え 祝いかまぼこのかきたま汁	ささげ マダイ 西京みそ かつお節 豆腐 かまぼこ たまご	飲用牛乳 わかめ	米 もち米 かたくり粉	黒ごま ごま油 にんじん しょうが キャベツ もやし えのきたけ ねぎ	565 kcal 29.1 g 19.4 g
5水	担々うどん ベーコンポテト春巻き もやしとわかめのナムル	ぶた肉 ベーコン	飲用牛乳 ダイスチーズ わかめ	三温糖 うどん 春巻きの皮 じゃがいも さとう	ごま油 ねりごま 油 白ごま エッグケアマヨネーズ にんじん しょうが にんにく たけのこ 干しいたけ キャベツ もやし ねぎ コーン缶	663 kcal 22.7 g 30.5 g
6木	照り焼きピザサンド 春キャベツとお豆のポトフ 天草オレンジ	とり肉 ベーコン ぶた肉 ウインナー ひよこ豆	飲用牛乳 ピザチーズ	米粉パン 赤ざらめ 水あめ じゃがいも	油 エッグケアマヨネーズ にんじん たまねぎ コーン缶 セロリ キャベツ オレンジ	603 kcal 25.1 g 29.9 g
7金	【平和集会(3月10日東京大空襲)】 さつまいもごはん ししゃものごま焼き すいとん汁	とり肉 油揚げ	飲用牛乳 ししゃも	米 さつまいも 白玉粉 小麦粉	エッグケアマヨネーズ 白ごま ごま油 にんじん こまつな しょうが だいこん 干しいたけ	612 kcal 22.7 g 21.6 g
10月	たらこときのこの豆乳クリームスパゲティ じゃがいものハニーサラダ いちご	ベーコン 調製豆乳 たらこ からしめんたいこ	飲用牛乳 生クリーム	スパゲティ 小麦粉 じゃがいも はちみつ	オリーブ油 油 バター にんじん セロリ たまねぎ しめじ エリンギ きゅうり キャベツ いちご	635 kcal 26.2 g 27.6 g
11火	ごはん めかじきの塩こうじ焼き おひたし 切り昆布と油揚げのみそ汁	メカジキ かつお節 豆腐 白いんげん 赤みそ 白みそ 油揚げ	飲用牛乳 こんぶ	米 塩麴	にんじん ほうれんそう キャベツ もやし たまねぎ	581 kcal 28.4 g 19.0 g
12水	わかめごはん 小魚の磯辺揚げ 甘酢和え とりじゃが	とり肉	飲用牛乳 わかめご飯の素 チカ あおのり	米 小麦粉 かたくり粉 さとう しらたき じゃがいも	油 白ごま ごま油 にんじん こまつな さやいんげん キャベツ もやし たまねぎ	566 kcal 20.1 g 17.3 g
13木	スイートポテトサンド こまつなの豆乳米粉シチュー にんじンドレッシングサラダ	ベーコン とり肉 ひよこ豆 調製豆乳 ツナ缶	飲用牛乳 調理用牛乳	国産小麦粉パン さつまいも 三温糖 じゃがいも 米粉 はちみつ	バター 油 にんじん こまつな セロリ たまねぎ マッシュルーム キャベツ もやし コーン缶	586 kcal 23.4 g 21.4 g
14金	玉子とじ牛丼 ほうれんそうとえのきのおひたし マスクメロン	牛肉 たまご かつお節	飲用牛乳	米 赤ざらめ さとう	にんじん 葉ねぎ ほうれんそう たまねぎ 干しいたけ もやし えのきたけ メロン	558 kcal 23.0 g 15.3 g
17月	五目わかめラーメン ダブルポテトビーンズ サイダー入りフルーツポンチ	ぶた肉 なると ひよこ豆	飲用牛乳 わかめ あおのり	中華めん じゃがいも さつまいも さとう	油 にんじん しょうが にんにく たまねぎ めんま 干しいたけ コーン缶 もやし パイン缶 みかん缶 黄桃缶 アロエ缶	581 kcal 20.6 g 18.8 g
18火	【6年2組★リクエストメニュー】 コーンピラフ コールスローサラダ いちごのカップショートケーキ	ベーコン とり肉	飲用牛乳 調理用牛乳 ホイップクリーム (植物性)	米 はちみつ さとう ホットケーキミックス	オリーブ油 油 バター にんじん たまねぎ コーン缶 マッシュルーム えだまめ キャベツ いちご	657 kcal 18.9 g 26.6 g
19水	【春分の日(3月20日)】 菜の花風ごはん 東京ビーフと桜麩のすき煮 菜の花とツナのごまみそ和え	たまご 牛肉 焼き豆腐 ツナ缶 赤みそ	飲用牛乳	米 しらたき 赤ざらめ 生ふ 三温糖	油 ゴマペースト ごま油 菜飯の素 にんじん こまつな なばな たまねぎ しいたけ はくさい ねぎ コーン缶 キャベツ	622 kcal 25.8 g 20.7 g
21金	【6年1組★リクエストメニュー】 カレーライス えびフライ 紅白サラダ ミルク(ココアorいちご ※セレクト)	ぶた肉 えび ツナ缶	飲用牛乳	米 小麦粉 じゃがいも チャツネ パン粉 はちみつ ミルク	油 バター にんじん にんにく しょうが セロリ たまねぎ だいこん	719 kcal 25.3 g 24.7 g

3月の給食は...
食べ物に感謝! キャンペーン!
ありがとう

★ランチョンマットは毎日忘れずに持ってきてください★
食べこぼしで机が汚れるのを防ぐ! トレーのすべり止めになる!
「勉強の時間」から「食事の時間」へ気持ちを切り替えられる!

