

2023



令和4年度 3月分予定献立表

給食指導目標：一年間の反省をしよう

栄養指導目標：おなかの掃除をする食物繊維



給食回数11回

日	曜日	主食 (しゆしゆく)	の み も の	おかず			さいりょう			一口メモ
				主菜(しゆさい)	副菜(ふくさい)	副菜ほか	あか	みどり	きいろ	
1	水	ごはん		★ たらのだつたあげ	おひたし みそしる	いよかん	たら とうふ あぶらあげ みそ さつおふしこぶ さばふし ぎゅうにゅう	にんじん ごまつな ほうれんそう ねぎ たまねぎ ほうさい ごぼう だいこん もやし しょうが いよかん	ごはん でんぶ あぶら	6年2組の考えた 献立給食 です!!
2	木	きなこ あげパン	のむ ヨーグルト	★ せんべいじる		バナナ	とりにく きなこ さばふし こぶ のむヨーグルト	にんじん ごまつな ごぼう だいこん ほうさい ねぎ えのき こんにゃく バナナ	ごめこっぺパン せんべい きびとう あぶら	593 25.2 14.3 2.3 せんべい汁は、青 森県八戸市周辺の 郷土料理です。
3	金	(ごはん)		やぎにくどん	わかめスープ	ひなあられ	ぶたにく とりにく とうふ わかめ みそぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ チンゲンサイ には ほうさい ねぎ きりほしだいこん にんにく しょうが	ごはん ごま でんぶ あぶら ひなあられ	652 24.4 15.3 2.0 今日はひな祭りです。 ひなあられが 付きます。
6	月	ごはん		とうふのちゅうかに	パンサンスー	★ ミニフィッシュ	とりにく エビ とうふ ミニフィッシュ ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ ほうさい だけこの チンゲンサイ しいたけ もやし きゅうり にんにく しょうが	ごはん じゃがいも はるさめ ごま きびとう でんぶ あぶら	649 26.3 13.7 1.9
7	火	ごもくちらし		★ さわらの さいぎょうやき	すましじる	でごはん	とりにく さわら とうふ あぶらあげ かまぼこのり みそ こぶ さばふし ぎゅうにゅう	にんじん ごまつな ごぼう れんこん だけこの しいたけ えのき ねぎ えだまめ でごはん	ごめむぎ きびとう でんぶ あぶら	702 31.9 18.8 2.6 3月3日はひな祭り でした。五目ちらし と春の魚の膳の西京 焼きは「難料理」で す。
8	水	しよくパン		タンメン	★ あおのりポテト ビーンズ	ジャム	ぶたにく えび いか だいす あおのり ぎゅうにゅう	にんじん ごまつな たまねぎ には キャベツ もやし ねぎ しいたけ にんにく しょうが ジャム	しよくパン めん じゃがいも でんぶ あぶら	564 27.5 17.0 1.8 タンメンは、日本 の麺料理です。具 だくさんです。
9	木	ごはん		★ がめに	なのはなごまあえ	ふりかけ	とりにく さつ あげ さばふし ふりかけ ぎゅうにゅう	にんじん なばな ほうれんそう だけこの ごぼう しいたけ もやし キャベツ えだまめ こんにゃく	ごはん じゃがいも ごま きびとう あぶら	628 23.8 13.8 2.0
10	金	ソフト フランスパン		★ しるみさかなの バーベキューソース	ジャーマンポテト マカロニスープ		ほき ベーコン ぶたにく おから ぎゅうにゅう	にんじん ごまつな たまねぎ コーン キャベツ パセリ	ソフトフランスパン じゃがいも マカロニ きびとう あぶら	631 29.0 20.4 2.9 6年生は卒業まで あと一週間です ね。いつも給食を 残さず食べてくれ てありがとう!!
13	月	ロールパン		チキンと フロッコリーの グラタン	ほうれんそうの ソテー	たまごスープ	とりにく ベーコン ハム ぶたにく たまご チーズ なまクリーム ぎゅうにゅう	にんじん ごまつな たまねぎ しめじ ほうれんそう もやし キャベツ フロッコリー ねぎ	ロールパン マカロニ パター でんぶ あぶら	756 34.2 34.6 3.5 6年1組の考えた 献立給食 です!!
14	火	(ごはん)		カレーライス	はりはりづけ	ヨーグルト	ぶたにく ヨーグルト ぎゅうにゅう	にんじん たまねぎ もやし えだまめ きりほしだいこん にんにく しょうが	ごはん じゃがいも バター ごま きびとう あぶら	708 22.4 16.5 1.7 給食の中でも、み んなが大好き、大 人気のカレーです。
15	水	あわっぶかし		とりにくの こうみやき	みそしる	デザート	とりにく とうふ あぶらあげ あずき みそ こぶ さばふし ぎゅうにゅう	にんじん ごまつな たまねぎ ねぎ しょうが デザート	ごめもちごめ むぎ あわ さつまいも じゃがいも ごま きびとう あぶら	732 29.8 19.7 2.7 座間の味 郷土料理を 知ろう!! 「あわっぶかし」

★「カミカミメニュー」の日です。ゆっくりよくかんで食べましょう!

※材料の都合により変更させていただく場合もあります。

令和4年度 献立テーマ

『 ぎまの味 郷土料理を知ろう 』

今年度の献立テーマは、「座間の味 郷土料理を知ろう」でした。

- 4月 「煮込みそば」
- 5月 「豚漬け」
- 6月 「焼きとうもろこし」
- 7月 「じゃがいもの金平」
- 9月 「豚肉の香り漬け」
- 10月 「さつまいもご飯」
- 11月 「ぎまりん給食」
- 12月 「かてめし」
- 1月 「白菜のさっぱり漬け」
- 2月 「石垣だんご」
- 3月 「あわっぶかし」



座間市の産物を活用してこの土地にあった食べ物として作られ、食べられてきたものです。座間の歴史や文化、食生活とともに受け継がれています。これからも、故郷



卒業おめでとう
6年間の給食についてふりかえって
みましょう。



一年間本校の学校給食に深いご理解とご協力いただき
ありがとうございました。

新型コロナウイルス感染症や今年度はインフルエンザ
も流行っております。感染予防対策をしっかりとらう
えで、みなさんの「おいしい!!」の顔が見れるよう頑
張ってまいりました。

6年生は、小学校を卒業し中学校という新しい世界へ。
在校生は一つ学年が上がり、お兄さんお姉さんに。
皆さんの成長が日々楽しみです。

来年度も安心・安全・おいしい給食を心掛けていき
たいと思いますので、よろしく願いいたします。

4月の給食は、11日(火)からです。

☺ 栄養士・調理員一同 ☺