

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー
1 水	ビビンバ		わかめスープ デコポン	牛乳,ぶたにく,たまご みそ,とりにく,わかめ とうふ	こめ,さとう,あぶら ごま	しょうが,にんにく,もやし こまつな,たけのこ,ねぎ デコポン	603Kcal
2 木	ごはん		ねぎみそ がめに じゃこいりおひたし	牛乳,みそ とりにく,なまあげ ちりめん	こめ,あぶら じゃがいも,さとう こんにゃく	ねぎ,ごぼう,にんじん たけのこ,しいたけ,はくさい グリーンピース,もやし こまつな	589Kcal
3 金	あなご入りごもくずし 行事食 ひなまつり		おかかあえ じゃがいものみそしる ひなゼリー	牛乳,とりにく,いか あぶらあげ,のり とうふ,けずりぶし みそ,かんでん	こめ,さとう,ごま じゃがいも	にんじん,しいたけ,たけのこ れんこん,グリーンピース もやし,はくさい,こまつな たまねぎ,ネクター,もも	585Kcal
6 月	カレーライス		クリームドレッシングサラダ デコポン	牛乳,ぶたにく クリーム	こめ,じゃがいも あぶら,バター こむぎこ,はちみつ マヨネーズ	にんにく,しょうが,にんじん たまねぎ,コーン,きゅうり キャベツ,もやし,デコポン	610Kcal
7 火	きなこのあげパン		ポトフ ゴマドレッシングサラダ	牛乳,きなこ,ぶたにく ベーコン	コッペパン,あぶら さとう,じゃがいも ごま	にんじん,たまねぎ,キャベツ しめじ,セロリ,こまつな だいこん,しょうが,もやし きゅうり,コーン	595Kcal
8 水	ごはん かむカムデー		ししゃものいそべあげ いそふうおひたし いなかじる	牛乳,ししゃも,ひじき あおのり,ツナ,とうふ みそ	こめ,こむぎこ ごま,あぶら じゃがいも こんにゃく	にんじん,こまつな,もやし ごぼう,だいこん,しいたけ ねぎ	613Kcal
9 木	みそラーメン 6-1リクエスト給食		はるまき ツナサラダ	牛乳,ぶたにく,みそ えび,ツナ	めん,ラード,ごま はるさめ,あぶら じゃがいも,さとう はるまきのかわ	ねぎ,にんにく,しょうが にんじん,もやし,にら たけのこ,しいたけ,キャベツ こまつな,らっきょう	599Kcal
13 月	ごはん 6-2リクエスト給食		とりのからあげ とうふのみそしる わかめのサラダ	牛乳,とりにく,とうふ あぶらあげ,みそ,わかめ	こめ,こむぎこ でんぶん,あぶら ごま,さとう	しょうが,にんにく,だいこん ねぎ,こまつな,キャベツ きゅうり,コーン,たまねぎ	630Kcal
14 火	あだちなジェノベーゼ 誕生日給食		キャロットドレッシングサラダ かぼちゃケーキ	牛乳,だいず,ベーコン さくらえび,たまご	スパゲッティ オリーブあぶら さとう,こむぎこ バター	にんにく,こまつな,コーン たまねぎ,しめじ,キャベツ きゅうり,にんじん,かぼちゃ バター	585Kcal
15 水	わかめごはん		メダイのあまずだれ あすかじる おひたし	牛乳,わかめ,ちりめん メダイ,ぶたにく,みそ なまあげ,とうにゅう みそ	こめ,ごま,あぶら コーンスターチ さとう,でんぶん こんにゃく	たまねぎ,だいこん,こまつな しめじ,ねぎ,しょうが にんにく,にんじん,ごぼう もやし,キャベツ	629Kcal
16 木	ミルクパン 世界の料理 フランス		きのこのキッシュ かぶのクリームスープ フレンチサラダ	牛乳,たまご,ひじき とりにく,チーズ いか	ミルクパン,あぶら じゃがいも,さとう バター,こむぎこ	にんじん,しめじ,たまねぎ こまつな,かぶ,キャベツ パセリ,きゅうり,みかん	641Kcal
17 金	ごはん 郷土料理の日 北海道		サケのちゃんちゃんやき どさんこじる たまごとやさいのあえもの	牛乳,サケ,みそ,とうふ わかめ,たまご	こめ,さとう,バター じゃがいも	しょうが,キャベツ,たまねぎ にんじん,コーン,ねぎ こまつな,もやし,きゅうり	592Kcal
20 月	セサミトースト 野菜の日 玉ねぎ		とりとまめのトマトに しんたまねぎたっぷりサラダ	牛乳,とりにく てぼまめ	むえんしょくパン ごま,はちみつ バター,こむぎこ じゃがいも,さとう	たまねぎ,にんじん,にんにく パセリ,もやし,きゅうり コーン	612Kcal
22 水	おせきはん 卒業お祝い献立		さばのカレーやき いなかじる やさいのレモンあえ	牛乳,あずき,さば ぶたにく,なまあげ みそ	こめ,もちごめ ごま,あぶら こんにゃく	たまねぎ,ごぼう,にんじん だいこん,はくさい,ねぎ キャベツ,きゅうり,レモン	595Kcal

今月の給食の目標 1年間の振り返りをしましょう

食事を楽しむためのマナー

食事を楽しむマナーの基本は、周りの人の気持ちになって考えることです。周りの人に迷惑にならないよう、そして不快感を与えないように心配りすることが大切です。誰もが楽しく気持ちよく食事ができるように、マナーを守っていただきましょう。

クチャクチャ音を立てて食べない。

ガチャガチャ食器の音を立てない。

食べ物をお口に含んだまましゃべらない。

大声でしゃべらない。

人がいやがる話をしない。

ふざけながら食べない。

※◎食材の産地、給食写真をホームページに毎日掲載しています。ぜひ、ご覧ください。なお、食材料購入の都合で献立を変更することがあります。

★ 今月の給食について ★

- 3日(金)あなご入り五目寿司
ひな祭りは、女の子の健やかな成長を願う節句のお祭りです。江戸時代、江戸湾(現在の東京湾)で捕れる魚を使い、寿司にしたことからその名がつけられた「江戸前寿司」。その定番のネタがあなごです。
- 14日(火)あだち菜ジェノベーゼ
給食メニューコンクール受賞作品を給食に合わせて少しアレンジをして献立で実施します。バジルの代わりに小松菜でペーストを作ります。
- 22日(水)お赤飯
卒業・進級のお祝いにお赤飯を炊きます。

🏆 給食メニューコンクール 🏆
足立区長特別賞 5年2組 平井奏亮さん
「あだち菜ジェノベーゼ」
3月14日(火)給食実施予定!!



今年度も学校給食にご理解とご協力をいただきましてありがとうございました。献立は、給食費(食材費)が毎月きちんと納入されることで計画的に実施ができます。来年度も引き続き、期日内の入金をよろしくお願いいたします。

