



# 令和7年3月 予定献立表



※食物アレルギーのある児童は、自宅や給食を食べる前に裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。  
家庭や学級においても毎日確認をしてください。

|      |            |
|------|------------|
| 食品群  | 体内でのはたらき   |
| 赤の食品 | 血や肉、骨をつくる  |
| 黄の食品 | 働く力や体温となる  |
| 緑の食品 | 体の調子をととのえる |

|            |         |         |      |
|------------|---------|---------|------|
| 学校給食の栄養基準量 | E=エネルギー | P=タンパク質 | F=脂質 |
|            | 小学校     | 650     | 26.8 |

### ～給食マナーチェック結果発表～

1位に輝いたのは・・・5年3組さん  
2位は・・・1年2組さん  
3位は・・・1年3組さん

おめでとうございます！上位3クラスのリクエストメニューを3月に実施します。

★印のあるメニューをチェックしてね♪

### 6年生のみなさん

## ご卒業おめでとうございます

小学校での約1200回の給食。皆さんの「ごちそうさま！」の笑顔に、私たちはいつもパワーをもらっていました。6年間、大切に食べてくれてありがとう。これから中学生になると、勉強や部活動で毎日もっと忙しくなりますね。体が大きく成長するこの時期、何よりの味方になってくれるのは「バランスの良い食事」です。

苦手なものにも一口挑戦したこと、クラスのみなさんと「おいしいね」と笑い合ったこと。その一つひとつが、今のあなたの強くて優しい体と心を作っています。

中学校へ行っても、好き嫌いせず何でもしっかり食べて、自分自身の可能性をどんどん広げていってください。皆さんの健やかな成長を、これからもずっと応援しています。

食べることは生きること

|                  |   |   |  |   |  |
|------------------|---|---|--|---|--|
| こ<br>ん<br>だ<br>て | 2(月)5年3組リクエスト                             | 3(火)ひなまつりメニュー                                   | 4(水)                                       | 5(木)1年3組リクエスト   | 6(金)   |
|                  | ★チョコアイス<br>牛乳<br>キーマカレー<br>ナン<br>ジュリエンスープ | ひなあられ<br>牛乳<br>さかなのはなぞのやき<br>ちらしずし<br>あさりのすましじる | ナムル<br>牛乳<br>ヤンニョムチキン<br>米粉のヌードルごはん<br>スープ | ★米粉のチョコクレープ<br>牛乳<br>レバーのかりんあげ<br>ひじきごはん<br>こまつなのおひたし | チョコクリーム<br>牛乳<br>キャベツと枝豆のサラダ<br>はくさいのクリームに<br>コッパン |

|     |                     |                     |                     |                     |                     |
|-----|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| 小学校 | E 635 P 23.5 F 26.6 | E 614 P 27.4 F 16.9 | E 640 P 22.5 F 23.7 | E 591 P 31.7 F 20.9 | E 602 P 23.0 F 24.7 |
|-----|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|

|                  |  |  |  |  |  |
|------------------|--|--|--|--|--|
| こ<br>ん<br>だ<br>て | 9(月)1年2組リクエスト                            | 10(火)  | 11(水)  | 12(木)                                      | 13(金)                                    |
|                  | ごまあえ<br>牛乳<br>ひゅうがなつ<br>にくじゃが<br>★わかめごはん | うおくじてんぷら<br>牛乳<br>パパイヤのツナあえ<br>県産まぐろとアーサのたきこみごはん | ★フルーツポンチ<br>牛乳<br>きりぼしだいこんサラダ<br>ごはん<br>ヒートレスカレー | てづくりたまごやき<br>牛乳<br>だいこんのうめサラダ<br>わふうスパゲティー | てづくりアガラサー<br>牛乳<br>もずくどん<br>ごはん<br>クーリジシ |

|     |                     |                     |                     |                     |                     |
|-----|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| 小学校 | E 605 P 22.2 F 12.7 | E 585 P 18.9 F 16.7 | E 674 P 15.8 F 20.5 | E 490 P 24.8 F 20.1 | E 614 P 24.0 F 14.1 |
|-----|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|

|                  |  |  |                                    |                                    |  |
|------------------|--|--|------------------------------------|------------------------------------|--|
| こ<br>ん<br>だ<br>て | 16(月)  | 17(火)  | 18(水)                              | 19(木)                              | <h2 style="color: red;">生活リズムを大切に!</h2> <p>早起き! 活動的! 寝る! 休む!</p> |
|                  | 県産カジキのごまみそやき<br>牛乳<br>さかなソーメン<br>じる<br>キムたくごはん | ジョア<br>おいおいケーキ(チョコ)<br>いろいろサラダ<br>ハンバーグ<br>米粉のコーンポタージュ<br>バーガーパン | <h2 style="color: green;">卒業式</h2> | <h2 style="color: green;">修了式</h2> |  |

### ご卒業おめでとうございます!

卒業メニューは、通常メニューに加え、

- ・からあげ
- ・オムレツ
- ・星型ポテト
- ・フルーツ盛り が付きます♪

### 春の行事と行事食

|                                  |                                |                               |
|----------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|
| 3月3日<br>ひなまつり<br>はまぐりの潮汁<br>ひしもち | 3月20日ごろ<br>春分の日(春のお彼岸)<br>ぼたもち | 桜開花のころ<br>お花見<br>花見団子<br>行楽弁当 |
|----------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|

★新学期の給食開始日は、令和8年4月9日(木)です。マイエプロン・マイ三角巾を忘れず持って来てくださいね♪