



3月給食献立予定表



新座市立東野小学校

日付	こ ん だ て	お も な 食 品				エネルギー (Kcal) タンパク質 (g)
		血や肉や骨をつくる	熱や力のもとになる	体の調子をととのえる	そのほか	
2 (月)	牛乳	牛乳				604 21.9
	みそラーメン	ぶた肉	中華めん ごま油 米サラダ油	にんにく しょうが 長ねぎ なら にんじん もやし キャベツ	みそ 酒 醤油 こしょう 豆板醤 昆布 鳥がら 豚骨	
	カルピスゼリーポンチ ³		さとう カルピス はちみつ	寒天 バイン缶 黄桃缶 りんご缶	ラム酒	
3 (火)	牛乳	牛乳				570 21.7
	菜の花お祝いちらし寿司	えび 油あげ こうや豆腐 卵	米 さとう 米サラダ油	なばな 干しいたけ にんじん たけのこ	酢 塩 酒 みりん 醤油 鰹節	
	春のすまし汁 ももゼリー	かまぼこ とうふ		えのきたけ 長ねぎ 小松菜	鰹節 醤油 塩 酒 みりん	
4 (水)	牛乳	牛乳				634 28.9
	ライスボールパン		ライスボールパン			
	鮭のレモンソースがけ	さけ	米粉 薄力粉 なたね油 三温糖 米サラダ油	レモン汁	ぶどう酒 酢 塩 こしょう 醤油	
	フレンチサラダ		オリーブ油	キャベツ にんじん きゅうり パセリ	塩 ぶどう酒 こしょう	
5 (木)	ABCスープ	とり肉	マカロニ 米サラダ油	玉ねぎ マッシュルーム ほうれん草 にんじん キャベツ	鳥がら 塩 こしょう 醤油 ぶどう酒	681 20.6
	飲むヨーグルト	飲むヨーグルト				
	ハッシュドビーフ ちくわのサラダ	牛肉 ちくわ	米 麦 薄力粉 米サラダ油 さとう 三温糖 米サラダ油 三温糖	玉ねぎ にんにく マッシュルーム トマトジュース キャベツ にんじん コーン 大根	塩 こしょう パプリカ ぶどう酒 醤油 ウスターソース 中濃ソース ケチャップ トマトピューレ 鳥がら 酢 塩 こしょう 醤油	
6 (金)	お弁当の日(給食の提供はありません。お弁当をご持参ください。)					
9 (月)	牛乳	牛乳				607 23.9
	山型食パン いちごジャム		山型食パン いちごジャム			
	ポークビーンズ	ぶた肉 大豆	米サラダ油 じゃがいも 薄力粉 三温糖 さとう	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん	ぶどう酒 塩 こしょう ケチャップ トマトピューレ 中濃ソース 鳥がら ウスターソース	
10 (火)	チキンハムと大根のサラダ	チキンハム	米サラダ油 さとう	大根 キャベツ コーン にんじん	酢 醤油 こしょう	619 24.8
	牛乳	牛乳				
	キムチチャーハン	ぶた肉 卵	米 麦 ごま油 米サラダ油	キムチ なら	塩 醤油	
	トックスープ	とり肉	トック ごま油	にんじん キャベツ 干しいたけ みつば	塩 醤油 塩 鳥がら	
11 (水)	ヨーグルト	ヨーグルト				686 20.6
	牛乳	牛乳				
	カレーライス ² こんにゃく入り海藻サラダ	ぶた肉 海藻	米 麦 米サラダ油 じゃがいも 薄力粉 さとう	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん サラダこんにゃく キャベツ きゅうり コーン	ぶどう酒 塩 こしょう カレー粉 ケチャップ 中濃ソース 鳥がら ウスターソース 醤油 こしょう 醤油 酢	
12 (木)	牛乳	牛乳				592 23.4
	じゃことわかめのごはん	わかめ ちりめんじゃこ	米 麦 ごま		塩	
	魚の煮つけ	さば	三温糖 でん粉	しょうが	醤油 みりん 酒 昆布	
	からし和え			もやし 小松菜 にんじん 切干大根	醤油 酒 辛子	
13 (金)	牛乳	牛乳				610 26.9
	スパゲティミートビーンズ ソース	ぶた肉 大豆 チーズ	スパゲティ 米サラダ油 薄力粉 さとう	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん セロリー	ぶどう酒 トマトピューレ ケチャップ 醤油 中濃ソース ウスターソース 塩 こしょう	
	ツナサラダ	ツナ ひじき	米サラダ油 さとう	きゅうり キャベツ 玉ねぎ	塩 こしょう 醤油 酢	
16 (月)	牛乳	牛乳				628 23
	パプリカライスの ホワイトソースがけ	ベーコン とり肉 チーズ 牛乳	米 麦 米サラダ油 バター 薄力粉 クリーム	玉ねぎ コーン マッシュルーム パセリ	パプリカ 塩 こしょう ぶどう酒	
	野菜スープ	とり肉		にんじん キャベツ 小松菜 玉ねぎ マッシュルーム	塩 こしょう ぶどう酒 醤油 鳥がら	
17 (火)	牛乳	牛乳				657 25.5
	きなこ揚げパン ¹	きな粉	ツイストパン なたね油 三温糖		塩	
	大豆入りミネストローネ	ベーコン とり肉 大豆	米サラダ油 マカロニ 三温糖	にんにく にんじん 玉ねぎ セロリー キャベツ トマト	塩 こしょう ケチャップ 中濃ソース 醤油 ぶどう酒 鳥がら	
18 (水)	コールスローサラダ		さとう 米サラダ油	キャベツ コーン にんじん	塩 酢 こしょう	615 25.4
	牛乳	牛乳				
	麦ごはん		米 麦			
	マーボー豆腐	ぶた肉 とうふ	米サラダ油 三温糖 でん粉 ごま油	しょうが にんにく 長ねぎ 干しいたけ にんじん なら	豆板醤 酒 醤油 甜面醤 ラー油 鳥がら	
19 (木)	ナムル		ごま油 さとう	切干大根 もやし 小松菜 にんにく	酒 醤油 ラー油	636 23.8
	牛乳	牛乳				
	お祝い赤米ごはん		米 赤米 ごま			
	とり肉の唐揚げ	とり肉	ごま油 でん粉 薄力粉 なたね油	しょうが	酒 醤油	
おつか和え	かつお節	三温糖	もやし 小松菜 えのきたけ	醤油		
プリン(ソイ)	プリン(ソイ)					

※栄養価は中学年の値を基準としていますが、低学年は0.8、高学年は1.2をかけた値が目安です。

※天候不良等により、食材の変更をする場合があります。

【行事食等】

- 3日:ひなまつり献立【菜の花お祝いちらし寿司・もものゼリー】 ももの節句にちなんで、なばなやえび入りちらし寿司ともものゼリーです。
- 19日:卒業お祝い献立【お祝い赤米】 6年生の卒業を祝い、給食最終日に提供します。
- 【東野小ナンバーワン料理 投票結果】 3月は上位3つの料理を取り入れました。おいしく楽しい時間を過ごし、しっかり食べましょう。
1位:揚げパン 2位:カレーライス(カツカレーを含む) 3位:フルーツポンチ(サイダーゼリーポンチを含む)

給食食材費について【3月の引き落としはありません。】

今年度、スムーズな会計処理にご協力いただき、ありがとうございます。
次回の引き落としは、5月です。口座残高の確認をお願いいたします。



