



平成29年3月分 小学校給食こんだて表



岸和田市教育委員会
岸和田市学校給食会

日足が長くなり、夕方になってみだりな感じがしてきました。まだまだ寒い日もありますが、あちらこちらで春の兆しを感じられ、心がうきうきしてきます。

今年度も最後の月となりました。この1年間でどんな給食の思い出ができましたか。友達や先生と楽しく過ごせたこと、新献立がおいしかったこと、苦手なものが食べられるようになったことなど、成長したこともたくさんあるのではないでしょうか。

6年生のみなさんは、あと少しで卒業ですね。中学校時代は心身ともに、さらに大きく成長する大切な時期です。中学校の「給食」もしっかり食べて、「おいしく、楽しく食べること」の大切さを忘れずに、健康で充実した中学校生活を送ってください。

卒業おめでとうございます

月		火		水		木		金	
6	●ぎゅうにゅう	7	●ぎゅうにゅう	8	●ぎゅうにゅう	9	●ぎゅうにゅう	10	●ぎゅうにゅう
カレーライス	リクエスト こんだて	あじフライ	ごめこパン	コッペパン	リクエスト こんだて	ごはん	かたまめ	かたまめ	ごはん
●こめ ●ぎゅうにく ▲つちしょうが ▲にんにく ●サラダあぶら ▲たまねぎ ▲にんじん ●じゃがいも ●チキンスープ ▲りんごピューレ	●サラダあぶら ●バター ●こむぎこ ●ケチャップ ●ウスターソース ●のうこうソース ●しょうゆ ●こなチーズ ●しお・こしょう	●こめ ●まぐろあぶらづけ ▲にんじん ▲さんどまめ ●コーンスープ ●クリームコーン ●とりにく ▲にんじん ▲たまねぎ ●じゃがいも ▲パセリ	●ちキンスープ ●りょうりしゅ ●しお ●こしょう ●とりがら ●セロリ ●ローリエ ●しお ●こしょう	●コッペパン ●あじフライ ●あぶら ●のうこうソース	●ちゅうかめん ●やきふた ▲にんじん ▲ふともやし ▲チンゲンサイ ●しょうゆ ●うすくちしょうゆ	●ごめ ●かたまめ ●だいず ●さとう	●ごめ ●かたまめ ●だいず ●さとう	●ごめ ●かたまめ ●だいず ●さとう	●ごめ ●かたまめ ●だいず ●さとう
ブロッコリーのサラダ	さんしょくソテー	やさいぞえ	コンソメスープ	とうふのカレーに	ぎゅうにくのやさしいため	さつまじる	さつまじる	さつまじる	さつまじる
▲ブロッコリー ▲キャベツ しお ドレッシング(しょうゆ)	●フランクフルトセージ ▲キャベツ ▲ピーマン	▲キャベツ ▲にんじん	●とりにく ▲にんじん ▲たまねぎ ●じゃがいも ▲パセリ	●とうふ(つぎょうか) ●ぶたにく ▲にんにく ●サラダあぶら ▲たまねぎ ▲にんじん	●ぎゅうにく ▲にんにく ●サラダあぶら ▲にんじん ▲たまねぎ ▲キャベツ	●とりにく ●さつまいも ▲にんじん ▲たまねぎ ▲ふともやし	●とりにく ●さつまいも ▲にんじん ▲たまねぎ ▲ふともやし	●とりにく ●さつまいも ▲にんじん ▲たまねぎ ▲ふともやし	●とりにく ●さつまいも ▲にんじん ▲たまねぎ ▲ふともやし
13	●ぎゅうにゅう	14	●のむヨーグルト	15	●ぎゅうにゅう	16	●ぎゅうにゅう	17	●ぎゅうにゅう
ピビンバ	せきはん	とうふのカレーに	卒業お祝い献立	コッペパン	卒業式	げんまいごはん	げんまいごはん	げんまいごはん	げんまいごはん
●こめ ●ぎゅうにく ▲にんにく ●サラダあぶら ▲ぜんまい しょうゆ	●こめ ●もちごめ ●あずき しお	●とうふ(つぎょうか) ●ぶたにく ▲にんにく ●サラダあぶら ▲たまねぎ ▲にんじん	●卒業お祝い献立	●コッペパン	●卒業式	●ごめ ●はつがげんまい	●ごめ ●はつがげんまい	●ごめ ●はつがげんまい	●ごめ ●はつがげんまい
わかめとたまごのスープ	さわらのたつたあげ	こまつなとじゃこのいたためもの	いちごゼリー	とうふのカレーに	卒業式	にくじゃが	にくじゃが	にくじゃが	にくじゃが
●わかめ ●たまご ●やきふた ▲にんじん ▲たまねぎ ▲しめじ	●さわらのたつたあげ ●あぶら	▲こまつな ●ほしちりめん ▲せんしゅうたまねぎドレッシング	●いちごゼリー	●とうふ(つぎょうか) ●ぶたにく ▲にんにく ●サラダあぶら ▲たまねぎ ▲にんじん	●卒業式	●ぎゅうにく ●じゃがいも ●サラダあぶら ▲たまねぎ ▲にんじん	●ぎゅうにく ●じゃがいも ●サラダあぶら ▲たまねぎ ▲にんじん	●ぎゅうにく ●じゃがいも ●サラダあぶら ▲たまねぎ ▲にんじん	●ぎゅうにく ●じゃがいも ●サラダあぶら ▲たまねぎ ▲にんじん
20	●ぎゅうにゅう	21	●ぎゅうにゅう	22	●ぎゅうにゅう	23	●ぎゅうにゅう	★年間もくひょう★	
春分の日	かやくごはん	さつまいもパン	卒業お祝い献立	さつまいもパン	卒業式	はくさいのクリームに	はくさいのクリームに	★3月のもくひょう★	
●こめ ▲にんじん ▲たけのこ ▲ほししいたけ こんにやく	●あぶらあげ りょうりしゅ しょうゆ しお	●はるさめ ●やきふた ▲にんじん ▲きくらげ ▲たまねぎ ▲はくさい ●むきえび ●うすらたまご	●卒業お祝い献立	●はるさめ ●やきふた ▲にんじん ▲きくらげ ▲たまねぎ ▲はくさい ●むきえび ●うすらたまご	●卒業式	▲はくさい ●とりにく ●サラダあぶら ▲にんじん ▲たまねぎ ●じゃがいも ▲しめじ チキンスープ	▲はくさい ●とりにく ●サラダあぶら ▲にんじん ▲たまねぎ ●じゃがいも ▲しめじ チキンスープ	●年間もくひょう● なかよく、楽しく、食事をしよう。 ★3月のもくひょう★ 1年間をふりかえろう。	
エネルギー(特加)	たんぱく質(グラム)	脂質(パーセント)	文部科学省 摂取基準 (中学年)	今月の岸和田市 の平均摂取量	エネルギー(特加)	たんぱく質(グラム)	脂質(パーセント)	文部科学省 摂取基準 (中学年)	
640	18~32	26.2	601	22.5	640	18~32	26.2	601 22.5 26.2	

卒業前にもう1度食べたい！ リクエスト献立

平成28年7月に「卒業前にもう1度食べたい！リクエスト献立アンケート」を市内24校の6年生にとりました。今月は3部門でそれぞれ1位に選ばれた人気献立が登場します。何の献立かは当日のお楽しみです！

●..き (ちからやねつになる) ●..あか (からだのにくや、ち、ほねになる) ▲..みどり (からだのちょうしをととのえる)

※アレルギー情報はこちら <http://www.city.kishiwada.osaka.jp/soshiki/151/schoolmeal-menu.html>

ごはんの部	めんの部	おかずの部
1. ?????? 593人	1. ?????? 845人	1. ?????? 646人
2. カレーライス 568人	2. 肉うどん 439人	2. フライドチキン 623人
3. ピビンバ 528人	3. みそラーメン 355人	3. タンドリーチキン 325人
4. 中華風炊き込みごはん 123人	4. สปาゲティイタリアン 183人	4. 鱈の竜田揚げ 230人

※やむをえない事情により内容を変更する場合があります。ご了承ください。