

3月の予定献立表(Bブロック)

令和7(2025)年度

日曜日	のみの	給食目標 一年間の給食を振り返ろう			こんだてメモ
		給食回数 14回	ざいりょうのはたらき		
こんだて		ちからやねつになるもと(き)	ちやにくになるもと(あか)	からだのちようしをととのえるもと(みどり)	
2月	スパゲッティミートソース はるのスープ	スパゲッティ あがら バター こむぎこ さとう	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ベーコン だいず	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト キャベツ なのはな グリンピース とうもろこし	
3火	うどいちらしずし めひかりのからあげ(2ほん) すましじる	こめ さとう でんぱん あがら	えび ぎゅうにゅう めひかり とうふ わかめ	れんこん うど にんじん しいたけ かんぴょう さやえんどう たけのこ ねぎ	
4水	くろぎとうパン オムレツきのこソース ポトフ	くろぎとうパン あがら でんぱん じゃがいも	ぎゅうにゅう たまご とりにく ウィンナー いんげんまめ	エリンギ マッシュルーム かぶ たまねぎ にんじん さやいんげん セロリー	
5木	くろまいいりごはん さばのたつたあげ きんぴらごぼう いなかじる	こめ くろまい でんぱん あがら こめ さとう さつまいも	ぎゅうにゅう さば とりにく あがらあげ みそ	しょうが ごぼう にんじん こんにやく だいこん はくさい えのきたけ しめじ ねぎ	
6金	ミルクパン てりやきチキン コーンポテト キャベツとさけのとうにゅうクリームスープ	ミルクパン さとう でんぱん じゃがいも あがら こむぎこ パター	ぎゅうにゅう とりにく ベーコン さけ とうにゅう チーズ	しょうが とうもろこし キャベツ にんじん たまねぎ	
9月	チャーハン あげぎょうざ(2こ) はるさめサラダ コーンとたまごのちゅうかスープ	こめ あがら ごまあがら はるさめ さとう でんぱん	えび ぶたにく ぎゅうにゅう ぎょうざ たまご	にんじん ねぎ ピーマン きゅうり もやし とうもろこし たまねぎ こねぎ しょうが	
10火	ごはん とりにくのかりんあげ さつまいもとじゃこのいためもの はくさいとだいこんのみそじる	こめ でんぱん あがら さつまいも ごま さとう	ぎゅうにゅう とりにく ちりめんじゃこ あがらあげ みそ	しょうが さやいんげん だいこん はくさい ねぎ	
11水	ごはん しろみぎかなのハーブやき きのこほうれんそうのソテー ぐだくさんスープ	こめ こむぎこ あがら バター じゃがいも	ぎゅうにゅう ホキ ベーコン	にんにく レモン ほうれんそう たまねぎ とうもろこし しめじ キャベツ えのきたけ にんじん	
12木	☆しょうゆラーメン♥ はるまき ツナとやさいのピリからあえ	ちゅうかめん あがら さとう こまあがら	ぎゅうにゅう ぶたにく はるまき ツナ わかめ	もやし ねぎ にんじん こねぎ だいこん きゅうり	
13金	☆うめわかめごはん さわらのゆずみそやき にびたし さわにわん	こめ さとう あがら	わかめ ぎゅうにゅう さわら みそ しらすぼし かつおぶし ぶたにく あがらあげ	うめ ゆず こまつな はくさい にんじん だいこん ごぼう しいたけ さやえんどう	
16月	☆きなこあげパン ぶたにくときんときまめのトマトに きのこマカロニのソテー	コッパン あがら さとう マカロニ	きなこ ぎゅうにゅう ぶたにく きんときまめ ベーコン	たまねぎ にんじん パセリ にんにく トマト しめじ えのきたけ ブロッコリー	
17火	☆ぶたキムチごはん とうふのうまに こんにやくとかいそうのサラダ	こめ ごまあがら さとう でんぱん あがら わふうドレッシング	ぶたにく ぎゅうにゅう とうふ ハム かいそうミックス	キムチ いら にんじん にんにく さやいんげん はくさい たまねぎ きくらげ ねぎ しょうが こんにやく キャベツ きゅうり	
18水	☆チキンカレーライス まめとれんこんのサラダ デコボン	こめ じゃがいも あがら バター こむぎこ さとう たまねぎドレッシング	ぎゅうにゅう とりにく チーズ きんときまめ だいず	たまねぎ にんじん にんにく しょうが トマト れんこん きゅうり デコボン	
19木	うどいりかきあげどん(てんつゆ) とうふとわかめのみそじる ぶどうゼリー	こめ さつまいも こむぎこ でんぱん あがら さとう ぶどうゼリー	ぎゅうにゅう いか あがらあげ とうふ わかめ みそ	うど にんじん ごぼう たまねぎ だいこん ねぎ	

*都合により献立が変更になることもあります。
*学校給食では、様々な食品を使用します。
今まで食べたことがない食品がある場合には、ご注意ください。

*立川市学校給食における食物アレルギー対応方針は
ホームページからご覧になれます。
右の二次元コードからアクセスしてください。



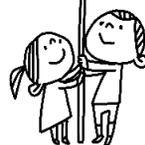
<立川市学校給食における食物アレルギー対応方針>

基準	エネルギー	たんぱくしつ	
今月の平均	610kcal	摂取エネルギー全体の	16%
国の基準	650kcal	摂取エネルギー全体の	13~20%

西調理場<<みんなのくるりんキッチン>>



各学校の6年生のリクエストを
★マークで示しています。



今月のリクエスト給食

- ☆しょうゆラーメン……………第十小・西砂小・松中小・柏小・上砂川小・若葉台小
- ☆梅わかめごはん……………第十小
- ☆きなこ揚げパン……………大山小
- ☆ぶたキムチごはん……………第九小・西砂小・上砂川小
- ☆チキンカレーライス……………西砂小

たくさんのリクエストをありがとうございました。