

令和6年度(令和7年)3月

学校給食予定献立表

(小学校・食物アレルギー対応給食)

福生市学校給食センター

日	曜	豆乳	献立名	主 な 材 料 と そ の 働 き			エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	献立メモ
				おもに体をつくるものになる (あかのたべもの)	おもに体の調子を整える (みどりのたべもの)	おもにエネルギーのもとになる (きいろのたべもの)			
3	月	○	ちらしずし すましじる ごぼうとめばるのあおのりふうみあげ にくじゃが	あぶらあげ、だいずいんりょう とうふ、かまぼこ、めばる あおのり、ぶたにく	にんじん、かんぴょう、コーン えだまめ、みつば、ごぼう しょうが、たまねぎ、しらたき	こめ、さとう、こめこ、でんぶん あぶら、じゃがいも	580	22.6	3日(月)【桃の節句】 女の子の健やかな成長を願う 節句です。菱餅やちらし寿司、 はまぐりのすまし汁でお祝いを します。給食ではちらし寿司 と、梅の花の形をしたかまぼこ 入りすまし汁を提供します。
4	火	○	ごはん マーボーあつあげ はるさめのちゅうかサラダ きよみオレンジ	だいずいんりょう、ぶたにく だいず、みそ、なまあげ	しょうが、にんにく、ながねぎ たけのこ、ほししいたけ きくらげ、にんじん、こまつな きよみオレンジ	こめ、あぶら、さとう、でんぶん ごまあぶら、はるさめ	614	25.9	
5	水	コーヒ	きなこあげパン ミネストローネ ポテトサラダ	きなこ だいずいんりょう(コーヒー) ベーコン、レンズまめ	にんにく、セロリ、たまねぎ にんじん、トマト、キャベツ ブロッコリー、きゅうり	こめコバン、あぶら、さとう こめコマカロニ、じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	674	15.5	
6	木	○	ごはん さつまじる さかほのステーキ(ツクメニュー) こまつなとえのきののりあえ	だいずいんりょう、とりにく とうふ、あぶらあげ、みそ、かじき のり	しょうが、こんにやく、にんじん だいこん、ながねぎ、たまねぎ えのきたけ、キャベツ、こまつな	こめ、あぶら、さつまいも、こめこ さとう、でんぶん	586	27.2	2小図書委員が考えたブックメ ニューを出します
7	金	○	ごはん とうにゅうごまちゅうかスープ ぶたキムチいため フルーツしらたま	だいずいんりょう、ぶたにく だいず、とうにゅう、とうふ、みそ	にんにく、にんじん、はくさい チンゲンサイ、しょうが きりぼしだいこん、たまねぎ はくさいキムチ、ながねぎ、にら りんご、もも、ようなし	こめ、ごまあぶら、はるさめ、ごま しらたまもち、さとう	666	28.6	6日(木)魚のステーキ 「海底2万マイル」 21日(金)スイートポテト
10	月	○	わかめピースごはん トックもちのわふうスープ とうにゅうわふうグラタン なばなひらおひたし	わかめ、だいずいんりょう とうふ、あぶらあげ まぐろフレーク、とうにゅう、みそ かつおぶし	グリーンピース、にんじん だいこん、ながねぎ、がなしめじ なばな、はくさい	こめ、トックもち、あぶら さつまいも、こめこ	594	20.3	「ぎょうれつのできるレストラン」 10日(月)【東京都平和の日】 世界の平和を願い「すいとん 汁」(アレルギー対応給食はトッ ク)を提供します。
11	火	○	救給(きゅうきゅう)カレー にらりすましじる まめじゃがあんかけ かきなごまあえ	だいずいんりょう、とりにく とうふ、あぶらあげ、だいず まぐろフレーク	にんじん、ほししいたけ、しょうが にら、もやし、かきな	きゅうきゅうカレー、でんぶん じゃがいも、あぶら、さとう、ごま	580	19.3	11日(火)【東日本大震災が起 きた日】災害時の非常食とし て学校に備蓄しているレトル トカレー「救給カレー」を温めて 提供します。
12	水	○	ジャージャーめん わかめスープ とうにゅうアイスクリーム	ぶたにく、だいず、みそ だいずいんりょう、とうふ わかめ	にんにく、しょうが、ながねぎ たけのこ、にんじん、たまねぎ ほししいたけ、えのきたけ	ちゅうかめん(こめこ)、あぶら さとう、でんぶん、ごまあぶら じゃがいも とうにゅうアイスクリーム	605	24.3	17日(月)【卒業祝い】 卒業生の健康を願って赤飯を 提供します。赤飯の赤い色に は、邪気を追い払う力があると 言われています。
13	木	○	ごはん のらぼうなのみそしる ちくわのいそべあげ(2はん) だいこんとうどのぶたにくいため	だいずいんりょう、とうふ わかめ、あぶらあげ、みそ ちくわ、あおのり、ぶたにく	キャベツ、のらぼうな、しょうが にんじん、だいこん、こんにやく うど、ほうれんそう	こめ、こめこ、あぶら、じゃがいも さとう	617	24.4	18日(火) 【食育の日(19日)】 宮城県料理を紹介し ます。
14	金	ココア	ごはん コーンポタージュ ハンバーグ・バーベキューソース サイダーゼリーポンチ	だいずいんりょう(ココア) とうにゅう、ぶたにく、おから かんてん	たまねぎ、にんじん、コーン パセリ、りんご もも、ようなし、レモン	こめ、あぶら、じゃがいも とうにゅうクリームゆ、こめこ コーンフレーク、さとう、サイダー	679	20.5	17日(月)【卒業祝い】 卒業生の健康を願って赤飯を 提供します。赤飯の赤い色に は、邪気を追い払う力があると 言われています。
17	月	○	せきはん よしのじる とりにくのからあげ あつあげのピリからそぼろに	あずき、だいずいんりょう とりにく、あぶらあげ こんにやくかんてん、ぶたにく だいず、なまあげ、みそ	にんじん、えのきたけ、こまつな しょうが、たまねぎ さやいんげん	こめ、もちごめ、ごま、でんぶん あぶら、じゃがいも、さとう	595	30.3	18日(火) 【食育の日(19日)】 宮城県料理を紹介し ます。
18	火	○	とりにくのあんかけどん けのひる(みやぎけんのみようい) やしきしゃも(2はん)	とりにく、とうふ、のり だいずいんりょう、やしきとうふ あぶらあげ、さきげ、みそ からふとししゃも	たまねぎ、にんじん、コーン だいこん、わらび、たけのこ	こめ、あぶら、さとう、でんぶん じゃがいも	609	33.3	18日(火) 【食育の日(19日)】 宮城県料理を紹介し ます。
19	水	○	しょうゆラーメン(つけめん) いかのかりんとうがらめ カクテキ	ぶたにく、だいず だいずいんりょう、いか	にんにく、しょうが、にんじん キャベツ、もやし、ながねぎ こまつな、だいこん、きゅうり	ちゅうかめん(こめこ)、あぶら でんぶん、さとう、ごまあぶら	618	28.1	けの汁：わらびやさきげなどが 入った具沢山の汁もの 3月の地場野菜の日 19日(木)のらぼう菜 や大根を使う予定 です。
21	金	○	ポークストロガノフ かいそうサラダ スイートポテト(ツクメニュー)	ぶたにく、レンズまめ だいずいんりょう かいそうミックス、とうにゅう	パセリ、にんにく、たまねぎ にんじん、マッシュルーム トマト、キャベツ、こまつな	こめ、とうにゅうクリームゆ あぶら、じゃがいも、こめこ さとう、さつまいも	657	21.1	
給食回数				14 回					
※ 材料の都合により献立を変更することがあります。							基準栄養量	650	26.8

●給食の実施日は学校によって異なります。

●給食内容や食物アレルギー等について不明な点がございましたら、学校給食センターまでお問い合わせください。

●豆乳欄の「コーヒ」はコーヒー豆乳、「ココア」はココア豆乳です。

◆：放送原稿「いただきます」の発行日です。

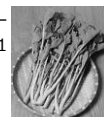
《問い合わせ先》

福生市学校給食センター
(電話) 042-551-8351

のらぼう菜→

西多摩原産の

野菜です。



シャキシャキした
食感が特徴です。

【一年間、ありがとうございました】

来年度も安心・安全な給食を提供できるよう、

給食センター職員一丸となって努めてまいります。

どうぞよろしくお願いいたします。

新年度の給食は4月9日(水)からスタートします。

しょうが、ねぎ、にら、みょうろ(小学1年生は16日(水)です)



卒業をする小学6年生、中学3年生に、思い出給食のアンケートをとりました。(解明、本学で表記)

上位のメニューを3月の給食に取り入れます。(惜しくもランクインしなかった料理も一部取り入れています)

主食	① 揚げパン(きな粉)	② ジャージャー麺	③ ラーメン(醤油味)
主菜	① 鶏肉のから揚げ	② 豚キムチ炒め	③ ハンバーグ・ちくわの磯辺揚げ
副菜	① 肉じゃが	② ポテトサラダ	③ のりねえ・春雨サラダ
汁物	① ワンタンスープ(トクスープ)	② ミネストローネ	③ コーンポタージュ
その他	① アイスクリーム・サイダーゼリーポンチ	② フルーツ白玉	③ コーヒーミルク(コーヒ・豆乳)

デザートは、「その他」のアイスが上位に

ランクインしました。皆さんの希望を反映

させ、12日にバニラ味のアイスを提供しま

す。

*アレルギー対応給食は

豆乳アイスです。



