

日	曜日	牛乳	主食	主菜・副菜・汁物・くだもの(デザート)	ひとこと	血や肉になる	熱や力の元になる	体の調子を整える	エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 食塩相当量(g)
3	月	○	 ひなまつり献立	ごもく 五目ずし おかか <sup>あ</sup> 和え けんちん <sup>じ</sup> 汁 オレンジ	桃の節句の献立を味わいます。	あぶらあげ たまごのり ぎゅうにゅうかつおぶし とりにく とうふ	こめ さとう あぶら こんにゃく さといも	れんこん にんじん しいたけ えだまめ しょうが こまつな もやし だいこん ねぎ オレンジ	600 21.7 13.6 2.0
4	火	○	 ※6-1 さん考案「卒業お祝い献立」 	ごはん このや ふたまごや こまつな 小松菜とえのきのサラダ だいこん 大根とわかめのみそ汁 <sup>し</sup> オレンジ	6年1組さんが家庭科の授業で考えた献立です。	ぎゅうにゅう ぶたにく あおのり かつおぶし たまご のり わかめ あぶらあげ みそ	こめ あぶら さとう	キャベツ しょうが こまつな にんじん もやし えのき だいこん ねぎ オレンジ	603 24.4 22.7 2.0
5	水	○	ひじきの混ぜごはん	ししゃものから揚げ きゅうりの梅おかか <sup>あ</sup> 和え みそ <sup>にく</sup> 味噌肉じゃが	ししゃもはカルシウムたっぷりです。	ひじき あぶらあげ ぎゅうにゅう みそ ししゃも かつおぶし ぶたにく	こめ あぶら さとう でんぷん じゃがいも こんにゃく	しいたけ しょうが えのき もやし きゅうり にんじん たまねぎ えだまめ	642 26.4 21.9 1.9
6	木	○	 ※6-2 さん考案「卒業お祝い献立」 	ごはん とり <sup>にく</sup> おうごんや 鶏肉の黄金焼き わかめときゅうりの酢 <sup>す</sup> のもの <sup>は</sup> 八宝みそ汁 <sup>し</sup> いちご	6年2組さんが家庭科の授業で考えた献立です。	ぎゅうにゅう みそ とりにく わかめ あぶらあげ	こめ マヨネーズ(卵無) こめこ さとう じゃがいも	とうもろこし きゅうり にんじん だいこん しめじ ごぼう ねぎ いちご	604 27.2 18.8 1.6
7	金	○	 ※6-1 さん考案「旬の食べ物献立」 	にしよくあ 二色揚げパン	高郷給食 ナンバーワン グランプリ 献立です。	きなこ ぎゅうにゅう のり ぶたにく	コッペパン あぶら グラニューとう さとう ごまあぶら ごま ワンタンのかわ	レタス もやし にんじん にんにく しょうが きくらげ キャベツ たけのこ ねぎ オレンジ	615 21.5 25.8 1.7
10	月	○	 ※6-1 さん考案「元気になれる献立」 	ごはん ジャンボしゅうまい <sup>は</sup> 春雨 <sup>は</sup> サラダ わかめとコーンの中華スープ <sup>ち</sup> りんご	6年1組さんが家庭科の授業で考えた献立です。	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ わかめ	こめ でんぷん さとう ごまあぶら はるさめ しゅうまいのかわ ごま	ねぎ しいたけ しょうが にんにく きゅうり もやし にんじん とうもろこし だいこん こまつな りんご	609 23.8 23.5 1.9
11	火	○	ごはん	さば <sup>し</sup> の塩こうじ焼き <sup>や</sup> 納豆 <sup>な</sup> 和え <sup>あ</sup> 三陸 <sup>さん</sup> わかめと野菜のみそ汁 <sup>し</sup> オレンジ	東日本大震災から14年。東北地方の食べ物味わいます。	ぎゅうにゅう さば なっとう のり わかめ あぶらあげ みそ	こめ あぶら	にんじん こまつな キャベツ たくあん だいこん しめじ ねぎ オレンジ	621 22.2 19.1 1.8
12	水	○	船橋食材を食べて知る日 こまつな	ごはん レバーとじゃがいもの揚げ煮 <sup>あ</sup> 小松菜の海苔酢 <sup>の</sup> 和え <sup>り</sup> 根菜のごま汁 <sup>こん</sup> パイナップル	よく噛んでいただきます。	ぎゅうにゅう レバー みそ のり あぶらあげ	こめ じゃがいも でんぷん さとう ごま あぶら さといも	しょうが えだまめ こまつな もやし にんじん だいこん しめじ ねぎ パイナップル	603 25.3 21.6 1.9
13	木	○	 お誕生日おめでとう 献立  ※6-2 さん考案「大人気献立」 	たかさと 高郷 <sup>た</sup> ラーメン(坦々味) ツナ <sup>た</sup> サラダ チョコバナナ	6年2組さんが家庭科の授業で考えた献立です。	ぶたにく とうにゅう みそ ぎゅうにゅう ツナ	ちゅうかめん ごまあぶら さとう ごま あぶら チョコレート	もやし キャベツ にんじん ねぎ チンゲンサイ きくらげ にんにく しょうが きゅうり とうもろこし たまねぎ パナナ	603 25.3 21.6 1.9
14	金	○	 世界の料理   メープルシュガートースト(カナダ)	メープルシュガートースト サーモンミルクスープ コールスロー <sup>か</sup> サラダ <sup>わ</sup> 河内晩柑	世界の料理を味わいます。	ぎゅうにゅう さけ ベーコン とうにゅう ハム	しょくパン メープルシロップ マーガリン グラニューとう じゃがいも あぶら こめこ さとう マヨネーズ(卵無)	たまねぎ マッシュルーム にんじん グリンピース きゅうり キャベツ とうもろこし かわちばんかん	677 27.9 24.5 2.0
17	月	○	せきはん 赤飯 (ごましお)	卒業 <sup>そつぎょう</sup> お祝い <sup>お</sup> 献立 <sup>けん</sup>  豚肉 <sup>ぶた</sup> の和風 <sup>わふう</sup> ステーキ 磯香 <sup>いそか</sup> 和え すまし汁 <sup>し</sup> ヨーグルト	1年間ありがとうございました。	あすき ぎゅうにゅう ぶたにく のり ヨーグルト	こめ もちごめ ごま さとう あぶら でんぷん ぶ	にんにく しょうが だいこん レモン ねぎ こまつな にんじん もやし	609 31.1 14.2 1.9

今月の目標  
給食の反省をしよう。



※6年生 家庭科の授業「こんだてを工夫して」班ごとにテーマに沿った献立を考えました。食材は天候などにより変更になる場合がございますのでご了承ください。  
1年間白衣の洗濯やマスクの準備にご協力いただきありがとうございました。最後の給食当番になったご家庭は、3月25日(火)までに洗濯してお持ちください。

## 進級・ご卒業おめでとうございます



「食べる」というのは、動物や植物など、いろいろな生き物の命をいただくことです。その命をつないで、私たちは「生きる」ことができます。また、多くの人の支えがあって「食べる」ことができます。これからも感謝の気持ちを忘れずに、「食べる」ことを大切にしてください。