



月	火	水	木	金
<p>ねんせい としじょう 6年生リクエストメニューが登場!</p> <p>ねんせい そつぎょうまえ た 6年生のみなさんに、卒業前に食べたいメニュー のアンケートをとりました。リクエストがあったメ ニューには、下のマークがついています。 がつしじょう たの 2・3月に登場します。お楽しみに♪</p> <p><b>6年</b></p>	<p>給食では、授業に関連したメニューも取り入れています!</p> <p>★3年生(国語) 「姿を変える大豆」で学ぶ、大豆から作られる加工品が16日(金)、19日(月)の給食のメニューにも登場します。学習したことを思いだしながら食べましょう。</p> <p>★6年生(外国語) 食材の名前やその食材が3食群のうちどの群に属しているか、考えたメニュー名などを英語で仲間と交流しながら、メニューを考えました。自分のオリジナルを出したり、3色のバランスを良くしたりしようと、いろいろな工夫が見られました。給食でも、何名かのメニューを採用し、給食時間に紹介します。</p>		<p>1日</p> <p>エネルギー 631 kcal 脂質 24.5 g タンパク質 25.2 g 食塩 2.0 g</p> <p>にんじんサラダ オムレツ</p> <p>かぶのクリームスパゲッティ</p>	<p>2日 せつぶんこんだて</p> <p>エネルギー 648 kcal 脂質 21.5 g タンパク質 24.0 g 食塩 2.0 g</p> <p>せつぶんまめ 節分豆</p> <p>ひじきの炒め煮 イワシのかば焼き</p> <p>むぎ 麦ごはん あか 赤だし</p>
<p>5日</p> <p>エネルギー 571 kcal 脂質 16.9 g タンパク質 23.2 g 食塩 1.9 g</p> <p>スライスチーズ</p> <p>ごはんののせてたべましよう。 タコライスの具(野菜) タコライスの具(肉)</p> <p>タコライス もずくスープ</p>	<p>6日</p> <p>エネルギー 703 kcal 脂質 23.5 g タンパク質 28.8 g 食塩 2.2 g</p> <p>いちごジャム</p> <p>野菜グラタン 食パン</p> <p>まめ 豆まめサラダ ミネストローネ</p>	<p>7日 けんぱちくんメニューの日</p> <p>エネルギー 701 kcal 脂質 25.9 g タンパク質 27.6 g 食塩 2.0 g</p> <p>き 厚 だいじん にもの 切り干し大根の煮物 豚肉と高野豆腐の揚げ煮</p> <p>むぎ 麦ごはん はくさい 白菜のみそ汁</p>	<p>8日</p> <p>エネルギー 651 kcal 脂質 18.4 g タンパク質 22.3 g 食塩 2.1 g</p> <p>はちみつレモンゼリー</p> <p>ちゅうかめ 中華和え 春巻き</p> <p>しょうゆラーメン</p>	<p>9日</p> <p>エネルギー 597 kcal 脂質 18.9 g タンパク質 28.6 g 食塩 2.0 g</p> <p>くき 茎わかめのきんぴら</p> <p>さわら 薩摩の香味焼き</p> <p>むぎ 麦ごはん みたる 豚汁</p>
<p>12日</p> <p>ふりかえきゅうじつ 振替休日</p>	<p>13日</p> <p>エネルギー 688 kcal 脂質 23.3 g タンパク質 33.9 g 食塩 2.3 g</p> <p>とりにく や 鶏肉のハーブ焼き フルーツパン</p> <p>だいじん 大根サラダ タンパク質たっぷりポトフ</p>	<p>14日</p> <p>エネルギー 688 kcal 脂質 26.3 g タンパク質 27.8 g 食塩 1.9 g</p> <p>チョコプリン</p> <p>こまつな いた 小松菜の炒めもの とりにく から揚げ</p> <p>むぎ 麦ごはん たまご とうもろこしのすまし汁</p>	<p>15日</p> <p>エネルギー 610 kcal 脂質 12.3 g タンパク質 23.4 g 食塩 2.3 g</p> <p>はくさい こんぶあ 白菜の昆布和え ざといもぼちのごまだれかけ</p> <p>カレーうどん</p>	<p>16日 食育こんだて</p> <p>エネルギー 668 kcal 脂質 25.1 g タンパク質 26.9 g 食塩 2.1 g</p> <p>アイスクリーム</p> <p>たくあん和え シシャモの岩石揚げ</p> <p>ごもく 五目ごはん ゆばのすまし汁</p>
<p>19日</p> <p>エネルギー 644 kcal 脂質 22.6 g タンパク質 28.2 g 食塩 2.1 g</p> <p>う はない に 卵の花炒り煮 とりにく や 鶏肉のごまだれ焼き</p> <p>むぎ 麦ごはん だいず 大豆の变身汁</p>	<p>20日</p> <p>エネルギー 669 kcal 脂質 23.6 g タンパク質 32.9 g 食塩 2.4 g</p> <p>かいそう 海藻サラダ 抹茶タフィー</p> <p>ナン キーマカレー</p>	<p>21日</p> <p>エネルギー 606 kcal 脂質 19.9 g タンパク質 25.7 g 食塩 2.2 g</p> <p>キャベツサラダ サバのみそ煮</p> <p>むぎ 麦ごはん さわかん 沢煮椀</p>	<p>22日</p> <p>エネルギー 611 kcal 脂質 21.7 g タンパク質 25.2 g 食塩 1.9 g</p> <p>いよかんゼリー</p> <p>はくさい 白菜サラダ 揚げぎょうざ</p> <p>焼きそば</p>	<p>23日</p> <p>てんのう たんじょうび 天皇誕生日</p>
<p>26日</p> <p>エネルギー 695 kcal 脂質 26.3 g タンパク質 31.4 g 食塩 2.3 g</p> <p>チーズ</p> <p>れんごんのきんぴら とりにく しょうがや 鶏肉の生姜焼き</p> <p>むぎ 麦ごはん いしかり 石狩汁</p>	<p>27日</p> <p>エネルギー 573 kcal 脂質 20.5 g タンパク質 20.6 g 食塩 2.2 g</p> <p>いっしょく 一食ケチャップ</p> <p>ウイナー/ボイルキャベツ ホットドッグ</p> <p>イタリアンサラダ コンソメスープ</p>	<p>28日</p> <p>エネルギー 628 kcal 脂質 16.2 g タンパク質 27.2 g 食塩 2.1 g</p> <p>みかん</p> <p>きんぎょ にもの 聖子の煮物 ホキの香り揚げ</p> <p>わかめごはん ごもく 五目汁</p>	<p>29日 実だくさん汁の日</p> <p>エネルギー 680 kcal 脂質 21.4 g タンパク質 31.0 g 食塩 1.9 g</p> <p>にく 肉じゃが 豚肉のかりん揚げ</p> <p>むぎ 麦ごはん み 実だくさんみそ汁</p>	<p>1. しゅん 旬の たべもの</p> <p>2. やさい 野菜 いっぱい</p> <p>3. 歯 歯の ぐら ぐら 口によい</p> <p>4. あじ 味の くら 工夫</p>

・給食における米、麦、一部の大豆において「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループの一部助成をうけています。  
 ・献立は市場の都合および材料によって変更することがあります。 ・献立表に記載されている栄養価は中学年(3.4年生)の量を基準に算出しています。  
 ・毎月19日は食育の日です。