



3月献立表



令和 7年 2月 27日
調布市立柏野小学校



日	曜日	献立名	牛乳	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	たんぱく質 たんぱく質
3	月	ちらし寿司 鰯の西京焼き すまし汁 ひなあられ	いちご牛乳	いちご牛乳、油揚げ、サワラ、 極細かまぼこ(卵不使用)、 刻みのり、白味噌、絹豆腐	米、砂糖、ひなあられ	干し椎茸、かんぴょう、人参、れんこん、 さやえんどう、生姜、小松菜、ねぎ、 えのきたけ	533 kcal 24.9 g 9.3 g
4	火	しっぽくうどん ゆず味噌おでん 白玉和風パイ風(月見パイ)	○	牛乳、豚肉、油揚げ、結び昆布、 揚げボール(卵不使用)、 竹輪(卵不使用)、生揚げ、 白味噌、赤味噌、つぶあん	冷凍うどん(卵乳不使用)、里芋、 こんにゃく、三温糖、白玉団子、 ぎょうざの皮、揚げ油	人参、大根、しめじ、ねぎ、小松菜、 ゆず果汁	542 kcal 26.5 g 19.9 g
5	水	木島平のごはん わかさぎ佃煮風 カレー肉じゃが 沢煮焼・いちご	○	牛乳、わかさぎ、豚肉	米、でんぷん、揚げ油、ざらめ、 白こま、炒め油、こんにゃく、 じゃがいも、砂糖	生姜、人参、たけのこ、玉葱、いんげん、 ごぼう、大根、えのきたけ、いちご	575 kcal 23.9 g 15.8 g
6	木	ひじきピラフ マカロニグラタン きゃべつとウィンナーのスープ せとか	○	牛乳、鶏肉、干ひじき、豆乳、 豆乳クリーム、ベーコン、 豆乳シュレッド、 ウィンナー	米、米粒麦、乳不使用マーガリン、 砂糖、マカロニ、サラダ油、 小麦粉、パン粉	人参、マッシュルーム、ホールコーン、 グリーンピース、玉葱、パセリ、ねぎ、 キャベツ、小松菜、せとか	655 kcal 27.4 g 25.6 g
7	金	うぐいす揚げパン 八宝菜 チンゲン菜のスープ	○	牛乳、豚肉、いか、えび、わかめ	ツイストパン(乳卵不使用)、 グラニュー糖、揚げ油、炒め油、 でんぷん、ごま油	にんにく、生姜、玉葱、人参、もやし、 たけのこ、キャベツ、干し椎茸、ねぎ、 チンゲン菜	500 kcal 23.4 g 18.5 g
10	月	シナモンハニートースト コーンクリームシチュー ツナと大根のサラダ	○	牛乳、鶏モモ肉、豆乳、 豆乳クリーム、かつおツナ	食パン(乳卵不使用)、 乳不使用マーガリン、はちみつ、 炒め油、じゃがいも、サラダ油、 小麦粉、砂糖	人参、玉葱、クリームコーン(乳卵不使 用)、 ホールコーン、グリーンピース、大根、 きゅうり	591 kcal 19.9 g 30.1 g
11	火	ナン キーマカレー ABCスープ じゃが丸くん	○	牛乳、ベーコン、豚挽肉、 刻み大豆、豆乳	ナン(乳卵不使用)、サラダ油、 乳不使用マーガリン、小麦粉、 マカロニ、じゃがいも、 ホットケーキミックス、揚げ油	にんにく、生姜、玉葱、セロリー、人参、 クラッシュトマト、キャベツ	751 kcal 30.9 g 29.1 g
12	水	ガーリックライス 白身魚のチリソースかけ 青のりポテト 肉団子と白菜のスープ	○	牛乳、豚バラ肉、メルルーサ、 青のり、豚挽肉、刻み大豆、 春雨	米、炒め油、でんぷん、揚げ油、 ごま油、砂糖、じゃがいも	にんにく、ねぎ、生姜、玉葱、白菜、人参、 もやし、干し椎茸、小松菜	620 kcal 28.3 g 22.6 g
13	木	ごはん 回鍋肉(ホイコーロー) 若布スープ 手作り信玄餅	○	牛乳、豚バラ肉、赤味噌、 豚モモ肉、カットわかめ、 絹ごし豆腐、けしき、きな粉	米、米粒麦、炒め油、砂糖、でんぷん、 ごま油、もち粉、黒みつ	にんにく、生姜、ねぎ、人参、キャベツ、 ピーマン、もやし	633 kcal 22.4 g 21.5 g
14	金	しょうゆラーメン ジャンボ揚げ餃子 華風サラダ サイダーボンチ	○	6年3組給食メニュー 牛乳、豚バラ肉、わかめ、豚挽肉	蒸し中華めん(卵不使用)、炒め油、 ごま油、でんぷん、餃子の皮、 揚げ油、砂糖、サラダ油	にんにく、生姜、人参、ねぎ、もやし、 しなちく、キャベツ、ニラ、白菜、 きゅうり、かいわれだいこん、 黄桃、レトルト、みかんレトルト、 いちご、レモン果汁	593 kcal 19.6 g 24.5 g
17	月	ショートニング柏パン 豆乳チーズハンバーグ フレンチサラダ クルトン入りポテトチャウダー	ほ白うぶれどう草&	6年1組給食メニュー 豚挽肉、豆乳、豆乳シュレッド、 ベーコン、豚モモ肉、 ひよこまめ、豆乳クリーム	ショートニングパン(乳卵不使用)、 サラダ油、三温糖、じゃがいも、 乳不使用マーガリン、小麦粉、 サイコロパン(乳卵不使用)	野菜ジュース(白ぶどうほうれん草)、 玉葱、人参、レタス、キャベツ、きゅうり、 みかんレトルト、マッシュルーム、 パセリ	623 kcal 27.4 g 26.4 g
18	火	お赤飯・クリスピーチキン 大根と水菜のさっぱりサラダ 白身魚のウースタン風 シャーベット	○	神代中学校給食最終日 牛乳、あずき、鶏モモ肉、 むきがれい	米、もち米、黒ごま、小麦粉、 コーンフレーク、揚げ油、 でんぷん	にんにく、生姜、玉葱、大根、人参、水菜、 ゆず果汁、ねぎ、チンゲン菜	698 kcal 28.1 g 22.1 g
19	水	かしわのごはん 豆腐つくねのあんかけ 野菜のおかか和え とんじる	○	牛乳、鶏モモ肉、刻みのり、 絞り豆腐、鶏挽肉、おかか、 豚モモ肉、絹ごし豆腐、 白味噌、赤味噌	米、でんぷん、揚げ油、砂糖、ごま油、 ノンエッグマヨネーズ、炒め油、 じゃがいも、こんにゃく	生姜、玉葱、あさつき、小松菜、もやし、 人参、キャベツ、ごぼう、大根、ねぎ	603 kcal 27.5 g 21.9 g
21	金	豚肉ラグーソースパグティ 野菜スープ のり塩チップ スイートポテト	○	6年2組給食メニュー 牛乳、豚荒引、ベーコン、 青のり、豆乳、豆乳クリーム	スパゲッティ、オリーブ油、 三温糖、小麦粉、じゃがいも、 乳不使用マーガリン、揚げ油、 さつまいも、砂糖	玉葱、セロリー、にんにく、キャベツ、 クラッシュトマト、人参、ホールコーン	702 kcal 25.4 g 27.9 g

※行事や仕入れの都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。



☆アンダーラインの献立は6年生からのリクエストメニューです。

ベーコン・ハム・パン粉・かまぼこは乳卵なしを使用しています。



3月には6年生が外国語活動の時間に調べ考えたメニューをリクエストを締め切り卒業給食を実施します。おいしく、楽しく、心に残る給食をお届けします！

