3月 小学校給食こんだて表

春日井市教育委員会
学校給食課

今月のこんだて目標　好き嫌いなく楽しくおいしく食べよう

日曜	こんだて名	主な材料とそのはたらき					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
		魚・肉・卵・大豆など	牛乳・小魚・海藻など	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いもなど	油脂・種実など
		タンパク質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質
3 月	むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　おおむぎ	
	ジャーチャンドウフ	なまあげ　ぶたにく まめみそ		にんじん	たまねぎ　ねぎ しいたけしょうが	さとう　でんぷん	
	あじのフリッター(2こ)	あじ				こむぎこ	こめあぶら だいずゆ
	ブロッコリーとしおこんぶのちゅうかあえ		こんぶ	ブロッコリー		さとう	ごまあぶら
	ひしもち					もちこ　さとう	
4 火	クロスロールパン ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン	
	やさいスープ	とりにく		にんじん パセリ	たまねぎ　もやし エリンギ	じゃがいも	オリーブゆ
	やきそば	ぶたにく　いか	あおのり	にんじん	キャベツ　しょうが	あぶらそば	
	オレンジ				オレンジ		
5 水	むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　おおむぎ	
	だいこんとぶたにくのにもの	ぶたにく	こんぶ	にんじん	だいこん　こんにゃく	さといも　さとう	
	さばぎんがみやき	さば　みそ				さとう	
	キャベツのゆかりあえ			あかしそ	キャベツ	さとう	
6 木	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	みつばいりかきたまじる	とうふ　たまご とりにく　かまぼこ		にんじん みつば	たまねぎ　えのきたけ	でんぷん	
	にくやさいいため	ぶたにく		にんじん にら	たまねぎ　もやし しょうが　にんにく	さとう　でんぷん	こめあぶら
	きらずあげ	おから				こむぎこ　さとう	なたねあぶら
♪ 7 金	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	えがおのカレーシチュー	ぶたにく		にんじん	たまねぎ　にんにく マッシュルーム	じゃがいも カレールウ	
	なばなのサラダ	まぐろあぶらづけ		なばな	キャベツ　きゅうり	さとう	オリーブゆ
	あまなつゼリー				あまなつ	さとう	
	※(6年生のみ) とりにくのからあげ	とりにく			しょうが	でんぷん　こむぎこ	こめあぶら
	※(6年生のみ) れんこんチップス				れんこん		こめあぶら
♪ 10 月	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	ごじる	とうふ　だいず とうにゅう あわせみそ		にんじん	だいこん　ごぼう　ねぎ		
	まぐろのあまからに	まぐろあぶらづけ			キャベツ　しょうが	さとう	
	きざみたくあん				だいこん	さとう	
	てまきのり		のり				
11 火	わかめごはん　ぎゅうにゅう		わかめ ぎゅうにゅう			こめ	
	だごじる	ぶたにく		にんじん	はくさい　だいこん ねぎ　ぶなしめじ	すいとん	
	とりにくとレバーのてりに	とりにく とりレバー			たまねぎ	でんぷん　じゃがいも さとう	こめあぶら
	ヨーグルト		ヨーグルト				
12 水	むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　おおむぎ	
	じゃがいものそぼろに	なまあげ　とりにく		にんじん	たけのこ　えだまめ	じゃがいも　さとう	
	ひじきサラダ	まぐろあぶらづけ	ひじき	ほうれんそう にんじん	とうもろこし	さとう	しろごま
	やさいふりかけ	かつおぶし		あおな		さとう	
13 木	スライスパン　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン	
	だいずとウインナーのトマトに	だいず ポークウインナー		にんじん トマト	たまねぎ　とうもろこし セロリ　にんにく	じゃがいも　さとう	
	コールスローサラダ	とりにく		にんじん	キャベツ　とうもろこし きゅうり	さとう	サラダゆ
	みかんジャム				みかん	みずあめ	
14 金	ちゅうかめん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん	
	しょうゆラーメンのスープ	ぶたにく　なると	わかめ	にんじん	もやし　とうもろこし ねぎ　たけのこ		ごまあぶら
	あいちのやさいいりはるまき	とりにく		にんじん	キャベツ　れんこん	こむぎこ	こめあぶら
	にんじんとほうれんそうのナムル			にんじん ほうれんそう		さとう	しろごま ごまあぶら

※6年生「お楽しみ給食」につくメニューです。

日	3月 こんだて名	主な材料とそのはたらき					
		赤 体をつくる		緑 体の調子を整える		黄 体を動かすエネルギーになる	
		1群	2群	3群	4群	5群	6群
曜		魚・肉・卵・大豆など	牛乳・小魚・海藻など	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	米・パン・めん・いもなど	油脂・種実など
		タンパク質	無機質	ビタミン・無機質		炭水化物	脂質
17 月	むぎごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ おおむぎ	
	はくさいといかだんごのスープ	たら いか		にんじん	はくさい ねぎ	でんぷん	
	ビビンバのぐ	たまご ぎゅうにく		こまつな	もやし きりぼしだいこん にんにく	さとう	
	プルーン				プルーン		
18 火	ごはん ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
	けんちんじる	とうふ あぶらあげ		にんじん	だいこん こんにゃく ごぼう ねぎ		ごまあぶら
	ヒレカツ	ぶたにく				パンこ	こめあぶら
	ボイルキャベツ				キャベツ		
	こぶくろちゅうのうソース						
	ガトーショコラ	とうにゅう				さとう こめこ	しょくぶつゆ
19 火	卒業式						
♪ 21 金	ごはん はっこうにゅう		はっこうにゅう			こめ	
	えがおのハヤシシチュー	ぶたにく		にんじん トマト	たまねぎ マッシュルーム にんにく	じゃがいも ハヤシルウ さとう	
	コーンサラダ	まぐろあぶらづけ		にんじん	とうもろこし キャベツ きゅうり	さとう	しろごま サラダゆ
	いわしのほしこざかな		いわし			さとう でんぷん	

卒業・修了 お祝い献立

① 都合により献立を変更する場合があります。 ② すべての食材を表記しているものではありません。 ③ 主食となるめん類は前日に製造しています。
④ ♪マークは食缶・フライ缶のおかずに特定原材料８品目（卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・くるみ）を使用していない献立です（調味料を除く）。

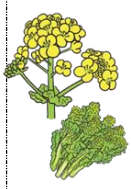
ひなまつり　3日（月）　ひしもち

３月３日は、ひなまつりです。ひなまつりは、「桃の節句」ともいわれ、子どもたちの健やかな成長を願う行事です。昔は、身についた災難を人形に移して海や川に流してお払いをする風習がありました。江戸時代になると、ひな飾りが登場し、立派なひな人形を飾り、桃の花やひし餅、あられなどを供えて白酒でお祝いをするというように変わり、今に続いています。

みつば　6日（木）

みつばは、日本原産の野菜です。愛知県では、豊富な地下水を利用した水耕栽培が行われ、１年中出荷できます。

今月の献立紹介　7日（金）　なばなのサラダ



菜花は、春の訪れが感じられる植物です。野菜の花という意味から菜花とよばれるようになりました。花がさく前の、若くてやわらかい「つぼみ」、「くき」、「葉」を食べます。ほんのりと苦みはありますが、やさしい春の味をぜひ味わってみてください。

熊本県の郷土料理　11日（火）　だごじる

「だご」とは熊本弁で「団子」のことをいいます。小麦粉を練ってつくった生地を平たい団子状にして、白菜、大根、人参など季節の野菜や肉と共に煮立て、みそやしょうゆで味を調えた料理です。

６年生お楽しみ給食　7日（金）

クラスの仲間と食べる給食も残りわずかですね。６年生には、カレーシチューにとりにくのからあげとれんこんチップスをつけています。クラスのみんなと楽しい給食の時間にしましょう。

＜学校給食費の納期限等のお知らせ＞

単価	対象月	納期限・口座振替日	予定金額	給食日数
245円	1月分	令和7年2月28日(金)	4,165円	17日
	2月分	令和7年3月31日(月)	4,410円	18日

※ 口座への入金は、納期限（口座振替日）の前日までにお願いします。
※ 給食提供日の４日前（土日祝休日等を除く）までに、欠席等により給食を食べない旨、学校に連絡がない場合は、給食費を請求させていただきます。

令和６年４月分から、１食当たり給食費を295円としています。ただし、令和６年度中は公費負担により値上げ分を無償化し、保護者負担額（児童生徒分）は変更せず、245円としています。

市のホームページに、アレルギー献立表を掲載しています。