

ひづけ	こんだて	おもなざいりょうとそのはたらき			エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		<きいろのなかま> おもにエネルギーのもとになる食品	<あかのなかま> おもに体をつくるもとになる食品	<みどりのなかま> おもに体の調子を整えるもとになる食品	
1 (金)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		777 32.8
	ちゅうかめん	こむぎこ			
	みそラーメン	ごま・ごまあぶら・あぶら	やきぶた・みそ・なると(祝) ぶたにく	キャベツ・たまねぎ・にんじん たけのこ・とうもろこし・はねぎ にんにく・しょうが・もやし キャベツ・たまねぎ・にら しょうが	
	ぎょうざ	こむぎこ・さとう・でんぷん	ぶたにく		
	まめとじゃこのごまあげ	でんぷん・さとう・ごま	だいたい・ちりめんじゃこ		
	いちごだいふく	もちごめ・さとう・こむぎこ	いんげんまめ	いちご	
4 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		669 21.5
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	チンジャオロース	じゃがいも・あぶら・さとう ごまあぶら	ぶたにく	にんにく・しょうが・たけのこ ピーマン	
	はるさめスープ	はるさめ・でんぷん	ベーコン	キャベツ・たまねぎ・にんじん はねぎ	
おこめdeもものタルト	さとう・こめこ	とうにゅう・だいたい	ももピューレ		
5 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		557 17.7
	シシジューシー	こめ・むぎ・さとう・あぶら	ぶたにく・こんぶ	えだまめ	
	かんしょみしまコロッケ	さつまいも・こめこ・パンこ さとう・あぶら	とうにゅう・だいたい		
	はくさいのにびたし	さとう		こまつな・はくさい・とうもろこし	
みそしる		わかめ・とうふ・みそ	たまねぎ・はねぎ		
6 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		537 26.8
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	さけのねぎみそやき	さとう	さけ・みそ	ねぶかねぎ	
	エリンギソテー	バター		エリンギ・チンゲンサイ	
にくだんごじる		あぶらあげ こんさいりつくね(だいたい)	しめじ・はくさい・だいこん にんじん・はねぎ		
7 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		587 21.4
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	きびなごフライ(ソースつき)	さとう・こむぎこ・でんぷん	きびなご・だいたい		
	ごまあえ	ごま・さとう		こまつな・キャベツ・とうもろこし	
とんじる	こんにゃく	ぶたにく・みそ・とうふ あぶらあげ	ごぼう・だいこん・にんじん・しめじ はねぎ		
8 (金)	JAふじ伊豆 三島函南地区営農経済センターさまよりいただいた、おいしい三島のトマトをたっぷり使ったハヤシライスです。				
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		598 21.6
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	ハヤシライス	あぶら・じゃがいも・ルウ	ぎゅうにく・ぶたにく	にんにく・しょうが・トマト・たまねぎ にんじん・マッシュルーム グリーンピース・トマトソース	
フレンチサラダ	さとう・あぶら	ハム	キャベツ・きゅうり・とうもろこし		
11 (月)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		630 28.1
	すきやきごはん	こめ・むぎ・さとう・あぶら	ぎゅうにく・ぶたにく	たまねぎ	
	キャベツいりつくね	とりにく・でんぷん・さとう	えんどうまめ・かつおぶし	キャベツ・しょうが	
	くきわかめのきんぴら	ごまあぶら・さとう	くきわかめ・さつまあげ	にんじん・いんげん	
かきたまじる	でんぷん	とうふ・たまご	にんじん・えのき・はねぎ		
12 (火)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		590 20.7
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	ブリフライ(ソースつき)	さとう・パンこ・こむぎこ	ぶり		
	にびたし	さとう・ごま		こまつな・キャベツ・にんじん しめじ	
みそしる		わかめ・あぶらあげ・みそ	だいこん・はねぎ		



3月3日は「上巳の節句」「桃の節句」とも呼ばれ、女の子の幸せと健やかな成長を願う日です。ひな人形を飾る風習は室町時代頃に始まり、一般に広まったのは明治時代以降といわれています。ひなまつりにはちらしやはまぐりのお吸い物、菱餅、ひなあられ、甘酒などをいただきます。菱餅は赤・白・緑の三色が使われていますが、赤は魔除け、白は清浄、緑は健康を意味します。さらには赤は桃の花、白は残雪、緑は若葉と言うように、春を表しているとも言われています。



ひづけ	こんだて	おもなざいりょうとそのはたらき			エネルギー (kcal) たんぱく質 (g)
		<きいろのなかま>	<あかのなかま>	<みどりのなかま>	
		おもにエネルギーのもとになる食品 <small>しよくひん</small>	おもに体をつくるもとになる食品 <small>からだ</small>	おもに体の調子を整えるもとになる食品 <small>ちようし</small>	
13 (水)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		577 20.5
	あげパン(さとう)	こむぎこ・さとう	スキムミルク		
	ポトフ	じゃがいも	ぎゅうにく・ぶたにく	キャベツ・にんじん・たまねぎ パセリ	
	フルーツカクテル	さとう		ももかん・パインかん・みかんかん りんごゼリー・ぶどうゼリー とうにゅうゼリー	
14 (木)	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		597 21.8
	むぎいりごはん	こめ・むぎ			
	カレーライス	あぶら・じゃがいも	ぶたにく	しょうが・にんにく・たまねぎ にんじん・グリーンピース	
	ふくじんづけ	さとう		だいこん・きゅうり・なす れんこん・しそ・しょうが	
	フレンチサラダ	さとう・あぶら	ハム	キャベツ・きゅうり・とうもろこし	
15 (金)	卒業・進級お祝い献立				684 26.5
	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		
	せきはん(ごましお)	こめ・もちごめ・ごま	あずき		
	からあげ	でんぷん・こむぎこ	とりにく	しょうが・にんにく	
	キャベツのソテー	あぶら		キャベツ・にんじん	
	すましじる		かまぼこ・とうふ・わかめ	えのき・はねぎ	
	おいおいケーキ	さとう	こめこ・とうにゅう	いちごピューレ	



保護者の皆様へ

今年度も錦田小学校の給食と食育へのご理解、ご協力をいただきましてありがとうございました。

来年度も職員一同、安心安全でおいしい給食づくりと、子どもたちの心とからだを育む食育に力を注いでいきたいと思ひます。

錦田小のみなさんへ

今年度の給食も終わりに近づいています。毎日の給食を楽しみにしているみなさんの笑顔に元気をいっぱいもらいました。からだも心も大きくなって食缶が空っぽの日も多くなり、給食室のはげみになりました。もっともっとおいしくなるように、錦田小のみなさんの笑顔のために、給食室一同これからも力を合わせて頑張ります。

ありがとうございました。