

日にち	おはしの日	おはしの日	こんだてめい		あか	みどり	きいろ	エネルギー (kcal)	たんぱくしつ(g)		
			ごはん パン めん	おかず デザート	ちやにくになる	からだのちょうしを ととのえる	ねつやちから になる		ししつ(g)		
									しょくえん そうとうりょう(g)		
3月			ごはん 節分メニュー	さばのごまみそだれ もやしののりあえ じゃがいものみそしる ふくまめ	ぎゅうにゅう さば のり わかめ あぶらあげ だいず	たまねぎ こまつな えのきたけ ねぎ	ごま じゃがいも	637	30.6 21.4 2.4		
4火			ハヤシライス	マカロニサラダ ★ホワイトボンチ(1-2. あおぞら1)	ぎゅうにゅう ぶたにく ツナ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん トマト とうもろこし マッシュルーム パイン みかん	こめ サラダあぶら じゃがいも マカロニ ゼリー	710	21.6 21.6 2.4		
5水			ごはん ミルメーク	★ミルメークコーヒー(2-2. 6-1) ぶたにくとやさいのちゅうかみそいため ちゅうかたまごスープ	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ とりにく たまご わかめ	しょうが にんじん たまねぎ チンゲンサイ ねぎ こまつな キャベツ	こめ サラダあぶら でんぱん さとう	633	23.5 21.2 1.9		
6木			★チリドッグ(3-2)	★ABCスープ(2-1) フルーツヨーグルト	ぎゅうにゅう ウインナー だいず ぶたにく ヨーグルト	にんじん たまねぎ トマト キャベツ ほうれんそう とうもろこし パイン みかん	パン マカロニ サラダあぶら さとう	667	26.7 26.3 2.1		
7金			こまつツナチャーハン	あつあげのからみそいため ワンタンスープ	ぎゅうにゅう ツナ あつあげ ぶたにく とりにく なた	しょうが にんにく にんじん ねぎ たまねぎ こまつな もやし	こめ サラダあぶら さとう でんぱん こまあぶら ワンタンのかわ	630	22.4 24.6 2.2		
10月			ごはん	いなだのてりやき きりぼしだいこんのもの はくさいのみそしる	ぎゅうにゅう いなだ あぶらあげ さつまあげ	きりぼしだいこん にんじん こんにゃく はくさい ねぎ しめじ	こめ サラダあぶら さとう	601	26.7 18.9 2.4		
12水			パンネのミートソース	ようふうかきたまスープ ★チョコクレープ(1-1)	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず チーズ とりにく たまご	にんにく しょうが たまねぎ にんじん トマト セロリ えのきたけ こまつな	パンネ サラダあぶら さとう クレープ	649	31.0 26.6 1.8		
13木			ちゅうかどん	もやしとうふのスープ ヨーグルトレーズン	ぎゅうにゅう ぶたにく なた とりにく とうふ わかめ	しょうが はくさい チンゲンサイ もやし たまねぎ にんじん きくらげ	こめ サラダあぶら でんぱん さとう	598	21.2 19.8 2.0		
14金			★まっちゃあげパン (3-1. 4-1. 6-2. あおぞら2)	★グラタンに(かがやき) キャベツスープ チョコプリン	ぎゅうにゅう きなこ とりにく ベーコン	たまねぎ にんじん しめじ マッシュルーム キャベツ	パン だいずあぶら こむぎこ バター マカロニ じゃがいも さとう サラダあぶら	708	24.9 29.2 2.3		
17月			ごはん	デミグラスソースハンバーグ ポテトソテー ひよこまめのスープ	ぎゅうにゅう ハンバーグ ベーコン ひよこまめ	にんにく たまねぎ しめじ にんじん キャベツ とうもろこし こまつな	こめ サラダあぶら さとう じゃがいも	633	22.3 21.1 2.1		
18火			こんさいピラフ カミカミメニュー	★タンドリーチキン(4-2) こまつなのこめスープ	ぎゅうにゅう ヨーグルト とりにく ぶたにく	にんにく しょうが れんこん ごぼう たまねぎ にんじん マッシュルーム こまつな しめじ	こめ オリーブオイル こめこ	619	25.4 21.5 2.0		
19水			ごもくやきそば	わかめとうふのスープ りんごのタルト	ぎゅうにゅう ぶたにく なた あおのり わかめ とうふ	たまねぎ にんじん キャベツ もやし きくらげ しいたけ ねぎ	ちゅうかめん サラダあぶら タルト	603	22.3 27.2 1.8		
20木			ごはん	いわしのなんばんづけ もやしのごまあえ とんじる	ぎゅうにゅう いわし ぶたにく とうふ	しょうが ねぎ もやし にんじん こまつな たまねぎ ごぼう こんにゃく	こめ だいずあぶら さとう ごま じゃがいも	622	26.2 20.9 2.1		
21金			とりごもくおこわ	かきたまじる あんにんフルーツ	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ たまご とうふ	にんじん ごぼう えのきたけ こんにゃく ねぎ こまつな みかん パイン	こめ もちこめ サラダあぶら さとう	609	21.9 18.5 1.9		
25火			ごはん	じゃこふりかけ にくじゃが けんちんじる ぼんかん	ぎゅうにゅう ちりめん ぶたにく とりにく とうふ	にんじん たまねぎ さやいんげん ごぼう だいこん こんにゃく ねぎ ぼんかん	こめ サラダあぶら じゃがいも さといも さとう	636	26.2 15.9 2.2		
26水			★チキンカツカレー (5-2. 5-2)	ブロッコリーサラダ ヨーグルト	ぎゅうにゅう とりにく チキンカツ ヨーグルト	にんにく しょうが にんじん たまねぎ グリンピース ブロッコリー キャベツ とうもろこし	こめ だいずあぶら サラダあぶら じゃがいも	701	25.6 26.2 2.2		
27木			けんちんうどん	ごもくきんぴら ミニにくまん	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく さつまあげ	にんじん だいこん しいたけ ごぼう ねぎ こんにゃく さやいんげん	うどん さといも サラダあぶら さといも じゃがいも にくまん	583	26.0 23.1 2.4		
28金			サフランライスの クリームソースかけ カミカミメニュー	ミートボールとやさいのスープ グミ	ぎゅうにゅう とりにく ミートボール	にんじん マッシュルーム たまねぎ キャベツ しめじ	こめ こむぎこ バター グミ	591	20.7 17.3 1.8		
◎2月のメニューについて 2/3(月) 節分メニュー 〈ふくまめ〉2月2日の節分にちなんで、福豆を提供します！ 2/7(金) 児童考案メニュー 〈こまつツナチャーハン〉昨年の5年生が考えたメニューです！小松菜とツナのチャーハンです。 2/18(火) カミカミメニュー 〈こんさいピラフ〉かみごたえのあるレンコンやゴボウを使います！ 2/28(水) カミカミメニュー 〈グミ〉かみごたえのあるグミをデザートで提供します！ ●給食で使用する食材の主な予定産地 たまねぎ(北海道) じゃがいも(長崎) にんじん(千葉) ねぎ(千葉) こまつな(千葉) もやし(栃木) ほうれんそう(茨城) キャベツ(愛知) だいこん(千葉) ごぼう(青森) れんこん(茨城) はくさい(茨城) チンゲンサイ(茨城) えのきたけ(長野) しめじ(長野) ビーマン(茨城) にんにく(青森) しょうが(高知) 牛乳(千葉) 米(千葉) 材料の都合により献立の一部を変更することもあります。ご了承ください。							【給食費について】 連続して5日以上欠席(休日を 除く)がわかっており、且つ、保護 者からの申し出があった場合、申請 後の3日後(休日を除く)から給食 を停止し給食費を減額することがで きます。早めに担任までお申し出く ださい。	今月の 平均栄養価	635	24.7 22.3 2.1	
									学校給食摂取基準	650	21~32.5 21.6 2.00

令和6年度 新川小 給食リクエストランキング

1位 きなこあげぱん まっちゃあげぱん フルーツポンチ (4クラスより)

2位 ココアあげぱん ミルメークコーヒー (2クラスより)

〈その他〉カレーライス カツカレー みそラーメン チリドッグ グラタン
タンドリーチキン チーズインハンバーグ ポテト パリパリサラダ
ABCスープ クレープ のおヨーグルト アイス ガリガリ君 (1クラスより)

給食アンケートにご協力いただきありがとうございました！

リクエストがあったメニューはできるだけたくさん給食に取り入れました。

リクエストメニューには★マークと、リクエストしてくれたクラスをのせています。お楽しみに！！

大豆のすごいパワー！

大豆は、たんぱく質、脂質、ビタミンB群、カリウム、カルシウム、マグネシウム、鉄、食物繊維などを含んでいます。また、抗酸化作用がある大豆サポニンや骨粗しょう症の予防効果があるイソフラボンも含み、生活習慣病予防によいといわれています。

