



令和6年度 3月 学校給食よていこんだてひょう

長岡京市立長岡第五小学校

ひつけ 日付 ようび 曜日	献立名			主 な 働 き と 材 料 名			栄 養 価
	主食	牛乳	しゅさい ふくさい しるもの 主菜・副菜・汁物など	からだ 体をつくる基になる	からだ 体の調子を整える基になる	エネルギーの基になる	エネルギー
3				あかのなかま	みどりのなかま	さいろのなかま	たんぱく質
(月)	ちらしずし		キャベツのつるつる炒め	ぎゅうにゅう しらすばし	にんじん ほししいたけ グリンピース	こめ さとう こめあぶら	553
			菜の花のすまし汁	ちくわ たまご やきのり			
4				あかのなかま	みどりのなかま	さいろのなかま	たんぱく質
(火)	ミルクパン		焼きコロッケ	ベーコン	★キャベツ にら	マロニー こめあぶら さとう	21.4
			糸寒天のスープ	かまぼこ とうふ	★はなな ★ねぎ		
5				あかのなかま	みどりのなかま	さいろのなかま	たんぱく質
(水)	ごはん		ヤンニョムチキン	ぎゅうにゅう		ミルクパン	648
			ひじきの炒め煮	ぶたミンチ とうにゅう	たまねぎ	じゃがいも こめあぶら さとう	21.6
			ニラたまスープ	いとかんてん ベーコン	こまつな ★キャベツ にんじん	ごまあぶら	
6				あかのなかま	みどりのなかま	さいろのなかま	たんぱく質
(木)	むぎごはん		ポークカレー	ぎゅうにゅう		こめ	722
			フルーツのヨーグルトあえ	ぶたにく こなチーズ	しょうが にんにく	こめあぶら さとう でんぷん	26.9
				だっしふんにゅう	にんじん	こめあぶら さとう	
7				あかのなかま	みどりのなかま	さいろのなかま	たんぱく質
(金)	ごはん		魚の竜田揚げ	ぎゅうにゅう		こめ	652
			はりはりキムチ	さば	しょうが	でんぷん こめあぶら	26.7
			みそ汁	しらすばし	きりぼしだいこん はくさいキムチ にら	こめあぶら	
10				あかのなかま	みどりのなかま	さいろのなかま	たんぱく質
(月)	みそカツ丼		みそカツ丼の具	とうふ わかめ	★ねぎ たまねぎ		
			もやしスープ	ぎゅうにゅう		こめ	656
11				あかのなかま	みどりのなかま	さいろのなかま	たんぱく質
(火)	こがたパン		かしわのこはくあげ	とりにく たまご	★キャベツ にんじん にんにく	こむぎこ パンこ こめあぶら	27.8
			野菜いっぱいスープ	ベーコン	コーン もやし ★ねぎ	さとう ごまあぶら すりごま	684
			たけのこカップケーキ	ぎゅうにゅう		こがたパン	25.5
12				あかのなかま	みどりのなかま	さいろのなかま	たんぱく質
(水)	わかめごはん		切りぼしだいこん	とりにく	しょうが	でんぷん こめあぶら	620
			ポパイサラダ	ぶたにく	きりぼしだいこん にんじん	じゃがいも さとう こめあぶら	20.2
13				あかのなかま	みどりのなかま	さいろのなかま	たんぱく質
(木)	ごはん		ちゃんこ鍋	ひじき ツナ	ほうれんそう キャベツ コーン	さとう いりごま	619
			大豆とじゃこの揚げ煮	ぎゅうにゅう		こめ	27.4
14				あかのなかま	みどりのなかま	さいろのなかま	たんぱく質
(金)	げんまいいりごはん		まーぼー豆腐	とりにく ぶたにく	にんじん ★だいこん ★はくさい ★ねぎ	でんぷん こめあぶら さとう	610
			もやしのナムル	だいたず たづくり	こんにやく しょうが にんにく	いりごま	24.7
17				あかのなかま	みどりのなかま	さいろのなかま	たんぱく質
(月)	せきはん		かしわの甘辛煮	ぎゅうにゅう あずき		こめ もちごめ いりごま	694
			千草あえ	とりにく	しょうが	でんぷん こめあぶら さとう	29.7
			みそ汁		★ほうれんそう もやし にんじん	いりごま すりごま さとう	
18				あかのなかま	みどりのなかま	さいろのなかま	たんぱく質
(火)	こがたパン		スパゲッティミートソース	あぶらあげ	★だいこん ★ねぎ		
			野菜炒め	ぎゅうにゅう		こがたパン	660

★は地元産野菜が納入される予定です。また、食材は天候等により、変更となる場合があります。

☆3月には、6年生からのリクエスト献立を入れています。
人気の献立は複数のクラスからリクエストがあったため、
組み合わせ等は調整させていただきました。
(太字がリクエスト献立です)



おねがい

給食当番のマスクの忘れ物が大変多いです。
当番のときにはマスクが必要です。
ご家庭でも声をかけていただき、必ず持たせて
いただきますようよろしくお願いします。