



3月のこんだてひょう



令和6年度

西東京市立柳沢小学校

日 曜	こ ん だ て め い			血や肉や骨となるもの	熱や力となるもの	体の調子をととのえるもの
3月	スパゲッティ トマトソース	牛乳	はくさいサラダ もものスフレ	牛乳 ベーコン チーズ たまご 生クリーム	めん あぶら こむぎ粉 さとう	玉ねぎ にんじん にんにく セロリ トマト マッシュルーム はくさい もも
4火	キムタク ごはん	牛乳	じゃがいもとだいこんのそ ぼろ煮 くきわかめのごまふうみ	牛乳 ぶた肉 生あげ ちくわ くきわかめ	こめ あぶら ごま じゃがいも さとう かたくり粉	こんにゃく にんにく しょうが はくさい たくあん 長ねぎ だいこん にんじん もやし
5水	チキン カレーライス	ブルーベ ーヨー	コーンフレークサラダ	ジョア とり肉	こめ あぶら こむぎ粉 バター じゃがいも さとう コーンフレーク	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん キャベツ はくさい きゅうり
6木	レモンシュガー トースト	牛乳	さけとほうれん草のクリー ムシチュー にんじんサラダ	牛乳 さけ とり肉 ベーコン 生クリーム ツナ	パン マーガリン さとう じゃがいも こむぎ粉 バター	レモン はくさい 玉ねぎ ほうれん草 にんじん らっきょう
7金	春のかおり ごはん	牛乳	さばのねぎ塩やき さわにわん	牛乳 油あげ さば とり肉 とうふ	こめ さとう あぶら ごま	たけのこ ふき にんじん せり えのき しょうが 長ねぎ だいこん ごぼう
10月	さんさいとき のこのごはん	牛乳	ますのごまみそやき じょうもん汁	牛乳 油あげ ます みそ とり肉	こめ さとう あぶら ごま じゃがいも	にんじん しめじ わらび しょうが だいこん 玉ねぎ たけのこ えのき みず しいたけ
11火	ハヤシ ライス	牛乳	ごぼうサラダ	牛乳 ぶた肉 ハム	こめ あぶら こむぎ粉 バター ごま さとう	しょうが にんにく 玉ねぎ にんじん マッシュルーム ごぼう きゅうり キャベツ
12水	ツナカレー ピラフ	牛乳	しめじとキャベツのサラダ じゃがいもとマカロニのスープ	牛乳 ベーコン ツナ とり肉	こめ バター あぶら さとう じゃがいも マカロニ	しょうが 玉ねぎ マッシュルーム しめじ キャベツ にんじん ほうれん草
13木	★ココア あげパン	牛乳	肉だんごとやさいのスープ だいこんサラダ	牛乳 ぶた肉 とり肉 かまぼこ	パン あぶら さとう かたくり粉 はるさめ	しょうが にんじん はくさい 長ねぎ だいこん きゅうり
14金	せきはん	牛乳	★いかのレモンじょうゆ やさいのこうみあえ はるのすまし汁	牛乳 いか とうふ かまぼこ	こめ ごま かたくり粉 あぶら さとう	レモン キャベツ きゅうり にんじん しょうが こまつな 長ねぎ
17月	★とんこつ ラーメン	牛乳	チンゲン菜とキャベツのソテー はるか	牛乳 なんと ぶた肉 とうにゅう ベーコン	めん あぶら	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん もやし 長ねぎ ほうれん草 チンゲン菜 キャベツ はるか
18火	シナモン りんごトースト	牛乳	コーンシチュー もやしのカレーサラダ	牛乳 ベーコン とり肉	パン りんごジャム あぶら はちみつ マーガリン じゃがいも	りんご 玉ねぎ にんじん コーン もやし きゅうり
19水	ゆかり なめし	牛乳	キャベツメンチ こんにゃくサラダ みそ汁	牛乳 ぶた肉 たまご みそ	こめ ごま パン粉 こむぎ粉 あぶら さとう	こんにゃく だいこん葉 玉ねぎ キャベツ きゅうり もやし にんじん こまつな だいこん
21金	★キムチ ラーメン	※ジュ ース	コーンソテー バニラアイスクリーム	ぶた肉 ハム アイスクリーム	めん あぶら バター	にんにく しょうが もやし キムチ 長ねぎ コーン

※食材は都合により変更する場合があります。

※21日(金)のジュースは「白ぶどう&ほうれん草ジュース」です。

～リクエスト給食～

給食委員会の子どもたちの企画(第2弾)により、1月27日～31日まで残菜調査をしました。その結果、いくつかのクラスが給食のリクエストができる事になりました。★じるしがそのメニューです。

また、田無四中3年生のリクエストメニューも含まれています。

詳細は「給食だより」をご覧ください。

