3月の予定献立表(Aブロック)

令和5年度

給食回数　14回

給食目標
一年間の給食を振り返ろう

日曜	のみもの	こんだて	ざいりょうのはたらき ちからやねつになるもと（き）	ちやにくになるもと（あか）	からだのちょうしをととのえるもと(みどり)
1金	ぎゅうにゅう	クロワッサン トマチキ さけのクリームシチュー デコポン 	クロワッサン　あぶら さとう　でんぷん　こむぎこ バター	ぎゅうにゅう　とりにく さけ　チーズ　なまクリーム	たまねぎ　にんにく　パセリ トマト　にんじん　ブロッコリー マッシュルーム　デコポン
4月	ぎゅうにゅう	えびちらしずし わかさぎのからあげ（３ぼん） だまこじる さくらんぼゼリー 	こめ　さとう　でんぷん あぶら　だまこもち さくらんぼゼリー	えび　ぎゅうにゅう　たまご わかさぎ　とりにく あぶらあげ	れんこん　にんじん　しいたけ かんぴょう　さやえんどう だいこん　ねぎ　はくさい こまつな　ごぼう　うど
5火	ぎゅうにゅう	ごはん ポークストロガノフ うどとはくさいのあえもの いちご（３こ）	こめ　こむぎこ　バター あぶら　さとう ちゅうかドレッシング	ぎゅうにゅう　ぶたにく なまクリーム	にんじん　たまねぎ　ピーマン しめじ　トマト　うど　きゅうり はくさい　いちご
6水	ぎゅうにゅう	✿しょうゆラーメン たまごときくらげのいためもの ✿サーターアンダギー	ちゅうかめん　あぶら さとう　でんぷん ホットケーキミックス	ぎゅうにゅう　ぶたにく なると　たまご	もやし　ねぎ　にんじん　にら きくらげ　たけのこ　しょうが
7木	ぎゅうにゅう	✿てづくりメロンパン チリコンカン ✿かいそうサラダ	まるパン ホットケーキミックス さとう　じゃがいも　あぶら わふうドレッシング	たまご　ぎゅうにゅう ぶたにく　ミックスビーンズ かいそうミックス	たまねぎ　にんじん　セロリー トマト　しょうが　にんにく キャベツ　きゅうり とうもろこし
8金	ぎゅうにゅう	うなたまごはん とんじる デコポン	こめ　さとう　あぶら じゃがいも	うなぎ　たまご ぎゅうにゅう　ぶたにく とうふ　あぶらあげ　みそ	さやえんどう　にんじん だいこん　ごぼう　ねぎ　しめじ こんにゃく　デコポン
11月	ぎゅうにゅう	ごはん ジャージャンどうふ トックいりわかめスープ ❤ハートにんじん入っているかな？❤	こめ　あぶら　さとう でんぷん　ごまあぶら トック	ぎゅうにゅう　ぶたにく だいず　なまあげ　みそ わかめ　とりにく	たけのこ　にんじん　ピーマン しいたけ　ねぎ　しょうが にんにく　たまねぎ
12火	ぎゅうにゅう	バターロールパン とうふいりたらのすりみハンバーグ ほうれんそうとにんじんのようふうおひたし ようふうかきたまスープ 	バターロールパン　でんぷん パンこ　あぶら ごまドレッシング　マカロニ	ぎゅうにゅう　たら とりにく　とうふ　たまご ベーコン	たまねぎ　にんじん　トマト ほうれんそう　もやし ブロッコリー　えのきたけ　ねぎ しょうが
13水	ぎゅうにゅう	✿ぶたキムチごはん あげぎょうざ（２こ） ちゅうかサラダ わかめスープ 	こめ　ごまあぶら　あぶら さとう　ごま	ぶたにく　ぎゅうにゅう ぎょうざ　ハム　とりにく わかめ	キムチ　にら　にんじん にんにく　キャベツ　きゅうり もやし　チンゲンサイ　ねぎ たまねぎ
14木	ぎゅうにゅう	キャベツのペペロンチーノ ポトフ いちご（３こ） レシピは裏面に！ 	スパゲッティ　あぶら じゃがいも	ベーコン　ぎゅうにゅう とりにく　いんげんまめ	キャベツ　にんにく　かぶ たまねぎ　にんじん さやいんげん　セロリー　いちご
15金	ぎゅうにゅう	わかめごはん ぶりのてりやき きつねじゃが	こめ　あぶら　さとう でんぷん　じゃがいも	わかめ　ぎゅうにゅう　ぶり ぶたにく　あぶらあげ	にんじん　たまねぎ　こんにゃく さやえんどう　しいたけ
18月	りんごジュース	ソフトフランスパン こめこのフライドチキン さつまいもときゅうりのサラダ しろいんげんまめのポタージュ	ソフトフランスパン　こめこ でんぷん　あぶら さつまいも コーンクリーミードレッシング こむぎこ　バター	とりにく　いんげんまめ ぎゅうにゅう　なまクリーム	りんご　にんにく　しょうが ブロッコリー　きゅうり にんじん　とうもろこし たまねぎ　パセリ
19火	ぎゅうにゅう	カレーライス じゃこいりだいこんサラダ シークワーサーゼリー	こめ　じゃがいも　あぶら バター　こむぎこ たまねぎドレッシング シークワーサーゼリー	ぎゅうにゅう　ぶたにく チーズ　ちりめんじゃこ	たまねぎ　にんじん　にんにく しょうが　トマト　だいこん きゅうり　とうもろこし
21木	ぎゅうにゅう	ごもくあんかけそば とうふともずくのスープ パインとさつまいものつつみあげ	ちゅうかめん　あぶら さとう　ごまあぶら でんぷん　さつまいも ぎょうざのかわ こむぎこ	ぎゅうにゅう　ぶたにく えび　いか　うずらたまご なると　とうふ　とりにく もずく	にんじん　たまねぎ　きくらげ たけのこ　はくさい　ねぎ しょうが　こまつな パインアップル

こんだてメモ

今月の立川産

うど・ねぎ

今回の絵本給食は
宮野聡子作
「ひなまつりのちらしずし」です。
このお話から
給食に登場するのは
“えびちらしずし”
です。

各学校の6年生のリクエストを
✿マークで示しています。

今月のリクエスト給食

✿しょうゆラーメン‥‥西砂小
南砂小
幸小
柏小
上砂川小
第九小
✿サーターアンダギー‥大山小
✿てづくりメロンパン‥第九小
✿かいそうサラダ‥‥‥新生小
✿豚キムチごはん‥‥‥西砂小
南砂小
柏小
上砂川小
松中小
✿コーヒー牛乳‥‥‥‥第十小

※コーヒー牛乳は、6年生対象の選択給食にて、
希望する6年生にのみ提供します。

18日(月)６年生は選択給食です。

飲み物と主菜について
事前にどちらかを選んでいます。

［りんごジュース／コーヒー牛乳］
［米粉のフライドチキン／ 豚肉の香味カツレツ］

【給食終了日】
19日(火)　西砂小
21日(木)　南砂小、幸小
大山小、柏小
上砂川小

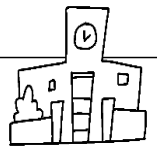
＊都合により献立が変更になることもあります。
＊学校給食では、様々な食品を使用します。
今まで食べたことがない食品がある場合には、ご注意ください。

＊立川市学校給食における食物アレルギー対応方針は
ホームページからご覧になれます。
右記QRコードからアクセスしてください。

〈立川市学校給食における
食物アレルギー対応方針〉

基準	エネルギー	たんぱくしつ	
今月の平均	633kcal	摂取エネルギー全体の	16%
国の基準	650kcal	摂取エネルギー全体の	13～20%

西調理場≪みんなのくるりんキッチン≫



6年生家庭科の授業とのコラボ
献立が登場します。
1日　第九小　6-3
12日　南砂小　6-2
13日　西砂小　6-4
が考えた献立です。

↑このマークが目印です

注目！ベジタブル
～野菜をぱくぱく食べよう
ベジぱくDAY～

今月は
キャベツ

このマークがついている日は
“注目！ベジタブル”を使った
ベジぱくDAYです。

3月の給食費の納入について～ご注意ください～
3月の給食費は2月分と合算して2月29日(木)に
口座から引き落とします。

3月の予定献立表(Bブロック)

令和5年度

給食回数　14回

給食目標
一年間の給食を振り返ろう

日曜	のみもの	こんだて	ざいりょうのはたらき ちからやねつになるもと（き）	ちやにくになるもと（あか）	からだのちょうしをととのえるもと(みどり)
1金	にゅうぎゅう	えびちらしずし わかさぎのからあげ（3ぼん） だまこじる さくらんぼゼリー	こめ　さとう　でんぷん あぶら　だまこもち さくらんぼゼリー	えび　ぎゅうにゅう　たまご わかさぎ　とりにく あぶらあげ	れんこん　にんじん　しいたけ かんぴょう　さやえんどう だいこん　ねぎ　はくさい こまつな　ごぼう　うど
4月	にゅうぎゅう	クロワッサン トマチキ さけのクリームシチュー デコポン	クロワッサン　あぶら さとう　でんぷん　こむぎこ バター	ぎゅうにゅう　とりにく さけ　チーズ　なまクリーム	たまねぎ　にんにく　パセリ トマト　にんじん　ブロッコリー マッシュルーム　デコポン
5火	にゅうぎゅう	✿しょうゆラーメン たまごときくらげのいためもの ✿サーターアンダギー	ちゅうかめん　あぶら さとう　でんぷん ホットケーキミックス	ぎゅうにゅう　ぶたにく なると　たまご	もやし　ねぎ　にんじん　にら きくらげ　たけのこ　しょうが
6水	にゅうぎゅう	ごはん ポークストロガノフ うどとはくさいのあえもの いちご（3こ）	こめ　こむぎこ　バター あぶら　さとう ちゅうかドレッシング	ぎゅうにゅう　ぶたにく なまクリーム	にんじん　たまねぎ　ピーマン しめじ　トマト　うど　きゅうり はくさい　いちご
7木	にゅうぎゅう	うなたまごはん とんじる デコポン	こめ　さとう　あぶら じゃがいも	うなぎ　たまご ぎゅうにゅう　ぶたにく とうふ　あぶらあげ　みそ	さやえんどう　にんじん だいこん　ごぼう　ねぎ　しめじ こんにゃく　デコポン
8金	にゅうぎゅう	✿てづくりメロンパン チリコンカン ✿かいそうサラダ	まるパン ホットケーキミックス さとう　じゃがいも　あぶら わふうドレッシング	たまご　ぎゅうにゅう ぶたにく　ミックスビーンズ かいそうミックス	たまねぎ　にんじん　セロリー トマト　しょうが　にんにく キャベツ　きゅうり とうもろこし
11月	にゅうぎゅう	バターロールパン とうふいりたらのすりみハンバーグ ほうれんそうとにんじんのようふうおひたし ようふうかきたまスープ	バターロールパン　でんぷん パンこ　あぶら ごまドレッシング　マカロニ	ぎゅうにゅう　たら とりにく　とうふ　たまご ベーコン	たまねぎ　にんじん　トマト ほうれんそう　もやし ブロッコリー　えのきたけ　ねぎ しょうが
12火	にゅうぎゅう	ごはん ジャージャンどうふ トックいりわかめスープ❤ ❤ハートにんじん入っているかな？❤	こめ　あぶら　さとう でんぷん　ごまあぶら トック	ぎゅうにゅう　ぶたにく だいず　なまあげ　みそ わかめ　とりにく	たけのこ　にんじん　ピーマン しいたけ　ねぎ　しょうが にんにく　たまねぎ
13水	ぎゅうにゅう	キャベツのペペロンチーノ ポトフ いちご（3こ） レシピは裏面に！	スパゲッティ　あぶら じゃがいも	ベーコン　ぎゅうにゅう とりにく　いんげんまめ	キャベツ　にんにく　かぶ たまねぎ　にんじん さやいんげん　セロリー　いちご
14木	ぎゅうにゅう	✿ぶたキムチごはん あげぎょうざ（2こ） ちゅうかサラダ わかめスープ	こめ　ごまあぶら　あぶら さとう　ごま	ぶたにく　ぎゅうにゅう ぎょうざ　ハム　とりにく わかめ	キムチ　にら　にんじん にんにく　キャベツ　きゅうり もやし　チンゲンサイ　ねぎ たまねぎ
15金	りんごジュース	ソフトフランスパン こめこのフライドチキン さつまいもときゅうりのサラダ しろいんげんまめのポタージュ	ソフトフランスパン　こめこ でんぷん　あぶら さつまいも コーンクリーミードレッシング こむぎこ　バター	とりにく　いんげんまめ ぎゅうにゅう　なまクリーム	りんご　にんにく　しょうが ブロッコリー　きゅうり にんじん　とうもろこし たまねぎ　パセリ
18月	ぎゅうにゅう	わかめごはん ぶりのてりやき きつねじゃが	こめ　あぶら　さとう でんぷん　じゃがいも	わかめ　ぎゅうにゅう　ぶり ぶたにく　あぶらあげ	にんじん　たまねぎ　こんにゃく さやえんどう　しいたけ
19火	ぎゅうにゅう	ごもくあんかけそば とうふともずくのスープ パインとさつまいものつつみあげ	ちゅうかめん　あぶら さとう　ごまあぶら でんぷん　さつまいも ぎょうざのかわ こむぎこ	ぎゅうにゅう　ぶたにく えび　いか　うずらたまご なると　とうふ　とりにく もずく	にんじん　たまねぎ　きくらげ たけのこ　はくさい　ねぎ しょうが　こまつな パインアップル
21木	ぎゅうにゅう	カレーライス じゃこいりだいこんサラダ シークワーサーゼリー	こめ　じゃがいも　あぶら バター　こむぎこ たまねぎドレッシング シークワーサーゼリー	ぎゅうにゅう　ぶたにく チーズ　ちりめんじゃこ	たまねぎ　にんじん　にんにく しょうが　トマト　だいこん きゅうり　とうもろこし

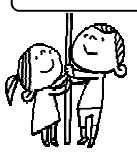
こんだてメモ

今月の立川産

うど・ねぎ

今回の絵本給食は
宮野聡子作
「ひなまつりのちらしずし」です。
このお話から
給食に登場するのは
“えびちらしずし”
です。

各学校の6年生のリクエストを
✿マークで示しています。



今月のリクエスト給食

✿しょうゆラーメン‥‥西砂小
南砂小
幸小
柏小
上砂川小
第九小
✿サーターアンダギー‥大山小
✿てづくりメロンパン‥第九小
✿かいそうサラダ‥‥‥新生小
✿豚キムチごはん‥‥‥西砂小
南砂小
柏小
上砂川小
松中小
✿コーヒー牛乳‥‥‥‥第十小

※コーヒー牛乳は、6年生対象の選択給食にて、
希望する6年生にのみ提供します。

15日(金)６年生は選択給食です。

飲み物と主菜について
事前にどちらかを選んでいます。

［りんごジュース／コーヒー牛乳］
［米粉のフライドチキン／ 豚肉の香味カツレツ］

【給食終了日】
19日(火)　第十小、松中小
21日(木)　第九小
若葉台小
新生小

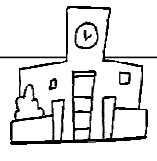
＊都合により献立が変更になることもあります。
＊学校給食では、様々な食品を使用します。
今まで食べたことがない食品がある場合には、ご注意ください。

＊立川市学校給食における食物アレルギー対応方針は
ホームページからご覧になれます。
右記QRコードからアクセスしてください。

**〈立川市学校給食における
食物アレルギー対応方針〉**

基準	エネルギー	たんぱくしつ	
今月の平均	633kcal	摂取エネルギー全体の	16%
国の基準	650kcal	摂取エネルギー全体の	13～20%

西調理場≪みんなのくるりんキッチン≫



6年生家庭科の授業とのコラボ
献立が登場します。
4日　第九小　6-3
11日　南砂小　6-2
14日　西砂小　6-4
が考えた献立です。

↑このマークが目印です

注目！ベジタブル
**～野菜をぱくぱく食べよう
ベジぱくDAY～**

今月は
キャベツ

このマークがついている日は
“注目！ベジタブル”を使った
ベジぱくDAYです。

3月の給食費の納入について～ご注意ください～
3月の給食費は2月分と合算して2月29日(木)に
口座から引き落とします。

3月 給食だより

朝晩の冷え込みがやわらぎ、春の訪れを感じます。6年生は小学校で食べる給食も残りわずかとなりました。6年間食べた給食の味を忘れないでください。
さて、3月は締めくくりの月です。進級・進学に向けてしっかり食べ、元気に過ごしましょう。

6年生　家庭科授業とのコラボ献立

1学期から6年生の家庭科で、「給食の献立を考えよう」の授業を行っています。
授業で作成した各校の献立が、9月から給食に順次登場していて、3月は3校の献立をご紹介します。

第九小　6年 3組

・牛乳
・クロワッサン
・トマチキ
・さけのクリームシチュー
・デコポン

献立のポイント

野菜ときのこが7種類入るように工夫し、バランスのよい献立を考えました。

南砂小　6年 2組

・牛乳
・バターロールパン
・豆腐入りたらのすり身ハンバーグ
・ほうれん草と人参の洋風おひたし
・洋風かきたまスープ

献立のポイント

旬のたらとにんじんを使ったハンバーグを考えました。食感と色どりが良くなるように、それぞれの料理の材料を考えて使いました。

西砂小　6年 4組

・牛乳
・豚キムチごはん
・揚げぎょうざ
・中華サラダ
・わかめスープ

献立のポイント

人気の給食を組み合わせて、中華料理の献立を立てました。たくさんの種類の野菜を入れるように心掛けました。

今年度は、9校23クラスの6年生が給食の献立を考えてくれました。
給食の献立を立てる時のルールなどについて、栄養士の話を聞いた後、数回の授業の中で献立を立て、クラスの代表献立を決めていきます。
普段の給食には出たことがない料理などもあり、わたしたち栄養士も新しい発想をもらっています。
献立を提供する日に給食訪問に行くと、そのクラスだけではなく、他の学年や先生方も興味を持って食べてくれていました。
コラボ給食の取り組みが、給食や食に興

えいようしから

えほん給食

給食にも本にも興味をもってもらいたいです。

「 ひなまつりのちらしずし 」 より

作：宮野聡子
出版社：講談社

今日は、ひなまつりパーティの日。きみちゃんは、おかあさんといっしょに、「ちらしずし」を作ります。おかあさんは、具材をかざりつけながら、歌を歌ってくれました。「ちらしずし」の材料ひとつひとつには、いろいろな意味がこめられていたのを知って、きみちゃんたちは驚きました。

引用：　講談社出版株式会社

今月の注目！ベジタブル キャベツ

キャベツはアブラナ科の野菜です。わたしたちが普段見るキャベツは、葉を固く巻いていますが、収穫せずに畑に置いておくと、キャベツのわきから茎が伸び、菜の花に似た黄色のかわいい花を咲かせます。キャベツ畑に行く機会があれば、収穫されなかったキャベツが花を咲かせている様子を見ることができるでしょう。

僕をさがしてね！

やさいをパクパク ベジぱくDay

参考：　食育早わかり図鑑　群羊社

～ キャベツのペペロンチーノ～

野菜を食べよう！レシピ

材 料（4人分）

スパゲッティ	200g
塩	適量
ベーコン	80g
キャベツ	180g
にんにく	1かけ
オリーブ油	適量
コンソメスープの素	8g
塩	少々
こしょう	少々
一味唐辛子	お好みで

Let’s cook!

① ベーコンは1cm幅、キャベツはざく切り、にんにくは薄切りにしておく。
② たっぷりの湯を沸かして塩を入れ、スパゲッティを少し固めに茹でておく。
③ フライパンにオリーブ油を敷き、にんにくと一味唐辛子を弱火で炒め、香りを出す。
④ ベーコンを入れて色づくまで炒める。
⑤ キャベツを加え、更に炒める。
⑥ キャベツがしんなりしたら、②のスパゲッティと調味料を入れて合わせ、塩こしょうで味を調える。

令和4年度学校給食費（西調理場対象校）決算報告書

【収入の部】　　単位：円

項目		調定額	収入済額	不納欠損額	収入未済額	備考
小学校給食費		267,170,006	265,657,408	56,784	1,455,814	99.4%（収納率）
	1現年度給食費	265,910,974	265,450,761	0	460,213	99.8%（収納率）
	2過年度給食費	1,259,032	206,647	56,784	995,601	16.4%（収納率）
諸収入		9,318,417	9,318,417	0	0	利息・その他雑収入
給食費負担金		1,107,006	1,107,006	0	0	保存食等の負担金
前年度繰越金		3,851,260	3,851,260	0	0	
		281,446,689	279,934,091	56,784	1,455,814	

【支出の部】

項目	金額	備考	項目	金額	備考
パン	3,431,824	学校給食会	米	0	学校給食会
	12,555,100	一般業者		14,015,373	一般業者
飲用牛乳	52,338,657	学校給食会	一般食材料費	1,016,680	学校給食会
	0	一般業者		167,244,350	一般業者
調理用牛乳	0	学校給食会	消費税	4,542,967	学校給食会
	1,147,105	一般業者		15,631,611	一般業者
			合計	271,923,667	

繰越金　　8,010,424 円