



日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギーたんぱく質脂質食塩相当量	一口メモ			
8水	桜おこわ	牛乳	さわらの西京焼き かきなからし和え 沢煮椀	さわら,西京みそ, 白みそ,豚肉,油揚 げ	牛乳	もち米,米,砂糖 ごま油	人参,かきな,に んじん	473 kcal 21.8 g 15.0 g 2.3 g	10日 給食開始 鶴間小学校の給食の 毎月の献立は、栄養 士が立てます。給食 室全員で協力し、安 全安心でおいしい給 食を提供できるよう にがんばりますの で、1年間どうぞよ ろしくお願いいたし ます。		
9木	カレーライス	牛乳	フレンチサラダ カップヨーグルト	豚肉	牛乳,ヨーグル ト	米,砂糖,じゃがい も,薄力粉	油,バター	人参,トマト	625 kcal 22.2 g 22.3 g 2.5 g		
10金	ごはん	牛乳	肉豆腐 磯香あえ 果物(いちご)	豚肉,焼き豆腐	牛乳,のり	米,しらたき,砂糖, かたくり粉	油	にんじん,小松 菜	545 kcal 22.2 g 18.5 g 1.5 g		
13月	パンズパン	牛乳	照り焼きチキンバーガー ポイルキャベツ 春野菜のポトフ	鶏肉,豚肉,ベー コン,ウィンナー	牛乳	丸パン,砂糖,じゃ がいも	人参	にんにく,しょうが,キャ ベツ,セロリ,玉ねぎ	481 kcal 25.6 g 21.3 g 1.8 g	13日 1年生の給食 がはじまります!	
14火	竹の子ごはん	牛乳	鮭の塩焼き おひたし 若竹汁	鶏肉,油揚げ,さけ, とり肉,豆腐	牛乳,わかめ	米,砂糖	油	人参,さやえん どう,小松菜	487 kcal 27.4 g 14.0 g 2.9 g	1年生の給食は、と りの照り焼きをパン ズパンにはさんだ 「てりやきチキン バーガー」です。4 月は、皆さんが食べ やすいように、鶴間 小の定番人気メ ニューや配膳のしゆ すいメニューを多く 取り入れています。	
15水	春色ピラフ	牛乳	ごま粉ふきいも ABCパスタスープ	鶏肉,ベーコン,豚 肉	牛乳	米,じゃがいも,マ カロニ	バター,油,ごま, オリーブ油	人参,アスパラ ガス,小松菜	519 kcal 20.5 g 16.8 g 2.4 g		
16木	ごはん	牛乳	じゃがいものそぼろ煮 梅じょうゆ和え 果物(清美オレンジ)	とりひき肉,生揚 げ	牛乳	米,こんにゃく, じゃがいも,砂糖, でんぷん	油	人参,さやいん げん,小松菜	510 kcal 17.8 g 12.2 g 1.4 g		
17金	ソース焼そば	牛乳	ポイルウィンナー シャキシャキポテトサラダ 型抜きチーズ	豚肉,ウィンナー	牛乳,型抜き チーズ	蒸し中華めん, じゃがいも,砂糖	油	人参,にら	558 kcal 22.5 g 30.3 g 3.5 g	9日 カレーライス 22日 クリームシチュー	
20月	ご飯	牛乳	ホキのあけほの焼き ごま和え 油揚げのみそ汁	ホキ,油揚げ,白み そ,赤みそ	牛乳,わかめ	米,砂糖,じゃがい も	マヨネーズタイプ調 味料,ごま	人参,にんじん, 小松菜	492 kcal 22.2 g 14.5 g 2.1 g	給食のカレーやシ チューは、小麦粉・ バター・米サラダ油 を使い、ルウから手 作りしています。カ レーは、からみをお さえたマイルドな味 付けです。	
21火	ごはん	牛乳	豆腐のカレー煮 ハンサンスー 果物(カラマンダリン)	豚肉,豆腐	牛乳	米,砂糖,でんぷん, 春雨	油,ごま油,ごま	人参,さやいん げん	548 kcal 21.1 g 16.5 g 1.6 g	27日 焼き豚チャーハン	
22水	ジョア(プレーン) ミルクパン	ジョア	クリームシチュー パスタサラダ 果物(ドライブルー)	鶏肉	牛乳,生クリー ム	ミルクパン,じゃ がいも,薄力粉,砂 糖	油,バター,ノン エッグマヨ ネーズ	人参	しめじ,玉ねぎ,きゅうり, キャベツ,コーン,ブルー ン	544 kcal 18.5 g 18.9 g 2.0 g	
23木	マーボー丼	牛乳	ポテト入りナムル 果物(デコポン)	豚肉,赤みそ,豆腐	牛乳	米,砂糖,でんぷん, じゃがいも	ごま油,油,ごま	人参,にら	しょうが,にんにく,玉 ねぎ,たけのこ,干し椎茸ス ライス,長ねぎ,もやし, きゅうり,デコポン	553 kcal 21.0 g 18.3 g 1.9 g	本校の焼き豚チャー ハンは、町田市の名 産品にも認定され ている「炭火焼き チャーシュー」を 使って作ります。 チャーシューのつま みだつぷりのチャー ハンです。
24金	ごま塩ごはん	牛乳	とりのからあげ レモン和え 呉汁	鶏肉,大豆,豚肉,油 揚げ,豆腐,白みそ, 赤みそ	牛乳	米,でんぷん,じゃ がいも	油	にんじん,人参	しょうが,キャベツ,き ゅうり,レモン果汁,大根, 長ねぎ	615 kcal 24.9 g 23.0 g 2.0 g	
27月	焼き豚チャーハン	牛乳	シュガービーンズ ワンドンスープ	焼き豚,大豆,豚肉	牛乳	米,砂糖,上白糖,ワ ンドンの皮	油,ごま油	にんじん,にら	にんにく,干し椎茸ス ライス,長ねぎ,グリーンピ ース,玉ねぎ,りよくとうも ろやし,しらたき	520 kcal 22.0 g 15.8 g 2.3 g	旬の果物を 取り入れます!
28火	ごはん	牛乳	肉じゃが 焼きししゃも おかが和え	豚肉,かつお節	牛乳,ししゃも	米,つきこんにゃ く,じゃがいも,砂 糖	油	人参,さやいん げん,小松菜	玉ねぎ,もやし	529 kcal 21.8 g 14.8 g 1.7 g	
30木	ごはん	牛乳	さばのねぎみそ焼き ゆかり和え すまし汁	さば,赤みそ,とり 肉	牛乳,わかめ	米,砂糖,かたくり 粉	ごま	人参,にんじん, こねぎ	しょうが,長ねぎ,キャ ベツ,きゅうり,だいこん,玉 ねぎ,干し椎茸スライス	512 kcal 23.9 g 14.2 g 3.9 g	

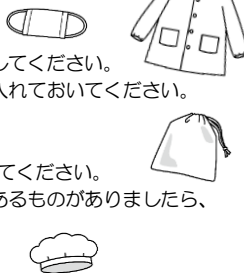
\* 献立は、学校行事や給食食材の都合で変更することがあります。

給食目標 正しくいねいにあとしまつをしよう  
栄養目標 三つの栄養しょうぶなからだ  
すききらいをしなない何でも食べよう



\* 毎日必要なものと給食当番の白衣についてのお願い \*

- 給食がある日は  
ランチョンマット・口ふき用のミニタオル・マスク  
を給食袋(巾着袋)に入れて持たせてください。  
ランチョンマットとミニタオルは、毎日、清潔なものを準備してください。  
マスクは、給食当番のときなどに使用しますので、給食袋に入れておいてください。  
洗って繰り返し使える布マスクでも構いません。
- 給食当番になった週の最後に、当番の白衣を持ち帰ります。  
洗濯、アイロンがけをしたら、翌週のはじめに忘れずに持たせてください。
- 白衣はみんなで使用しますので、ほつれやボタンのゆるみがあるものがありません、  
修繕にご協力いただければ幸いです。  
ご協力をお願いいたします。



【給食で使用する基本の食材等について】

- ✓ 飲用牛乳は昨年度に引き続き、タカナシ乳業のものを使用します。
- ✓ 油は、米サラダ油を使用します。
- ✓ 赤みそ・白みそは米みそを使用します。
- ✓ マヨネーズタイプ調味料は、卵・大豆不使用の物を使用します。
- ✓ だしは、和風だし・洋風だしとも化学調味料は使用しません。

学校給食用食材の産地(2/21~3/23)

産目	産地	産目	産地	産目	産地
きゅうり	群馬	もやし	栃木	にら	茨城
玉ねぎ	北海道	セロリ	愛知・静岡	じゃがいも	鹿児島
キャベツ	愛知	人参	千葉	いんげん	沖縄
大根	神奈川県	にんにく	青森	えのき	長野
長ねぎ	群馬	しょうが	高知	白身	群馬
万能ねぎ	福岡	小松菜	岡山・東京	みつば	静岡
ピーマン	高知	ひんげん	茨城	さやえんどう	愛知
にぼし	青森	さつまいも	千葉		
せとか	愛媛	りんご(ふじ)	青森		
とちあいか	栃木	淡雪	佐賀		
どり肉	岩手	飲用牛乳	北海道	調理用牛乳	北海道
豚肉	群馬・神奈川県	(タカナシ乳業)	神奈川県	卵	栃木
		(養乳エリア)			
コシヒカリ	新潟	海天の露露	青森	ゆめぴりか	北海道
(魚沼産)		新之助	新潟		
ほたて	北海道	黒いつ	クック諸島・ニュー ジーランド	まだい	愛媛・熊本
すずき	茨城				

※学校給食では、食料衛生法に基づき出荷制限されていない安全な食材を使用しております。なお、食材につきま  
しては使用当日に市販より調達しますので、その日の入荷状況により食材の産地が異なります。このため、産地は前月  
の実績を掲載いたします。