



日	曜	こ	ん	だ	て	お	も	な	食	品	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)						
2	(月)		麦ごはん	米	むぎ	米サラダ油	清酒				614	33.1						
			八宝菜	ぶた肉	イカ	えび	うすら卵	米サラダ油	でん粉	ごま油			しょうが	にんにく	にんじん	干しいたけ	たけのこ	
			ワンタンスープ	とり肉	米サラダ油	ウェーブワンタン	にんじん	こまつな	もやし	ねぎ			清酒	食塩	こしょう	しょうゆ		
3	(火)		ちらし寿司	あぶらあげ	刻みのり	米	米サラダ油	さとう	三温糖	こま	かんびょう	にんじん	干しいたけ	清酒	穀物酢	食塩	しょうゆ	
			豆腐ナゲット	高野豆腐	豆乳	とり肉	でん粉	なたね油	ねぎ	ごぼう	しょうが	しょうゆ	食塩	清酒	みりん			
			おかか和え	かつおぶし	三温糖	もやし	こまつな	えのきたけ	しょうゆ									
			二色ゼリー	豆乳カットゼリー(市販)	さくらんぼカットゼリー(市販)	さとう	ぶどう酒											
4	(水)		セルフハンバーガー	ぶた肉	鶏卵	子供パン	米サラダ油	パン粉	たまねぎ	切干し大根	キャベツ	食塩	こしょう	ナツメグ				
			コーンクリームスープ	牛乳	生クリーム	米サラダ油	薄力粉	バター	たまねぎ	にんじん	ホールコーン	クリームコーンペースト	食塩	こしょう	ぶどう酒	粉パセリ		
5	(木)		麦ごはん	米	むぎ	米サラダ油	清酒				598	24						
			魚の西京焼き	さば	三温糖	西京みそ	清酒	みりん										
			ごま和え	三温糖	ごま	もやし	こまつな	にんじん	しょうゆ	清酒								
			すまし汁	とうふ	えのきたけ	ねぎ	こまつな	清酒	しょうゆ	食塩								
6	(金)		アシドミルク	アシドミルク							714	25.1						
			カレーライス	ぶた肉	米	むぎ	米サラダ油	じゃがいも	薄力粉	たまねぎ			しょうが	にんにく	にんじん	清酒	カレー粉	ウスターソース
			キラキラマカロニサラダ	マカロニ	三温糖	ごま油	にんじん	きゅうり	ホールコーン	赤ピーマン			キャベツ	食塩	穀物酢	洋からし	しょうゆ	
9	(月)		麦ごはん	米	むぎ	米サラダ油	清酒				567	29.1						
			鶏肉の照り焼き	とり肉	みりん	ごま油	清酒	しょうゆ										
			五目野菜和え	ぶた肉	はるさめ	三温糖	ごま油	にんにく	にんじん	もやし			キャベツ	こしょう	食塩			
			なめこ味噌汁	とうふ	みそ	なめこ	ねぎ											
10	(火)		スパゲティ	ぶた肉	だいず	スパゲティ	米サラダ油	薄力粉	しょうが	にんにく	たまねぎ	にんじん	セロリ	食塩	ぶどう酒	トマトピューレ		
			ミートビーンズソース	ぶた肉	キャベツ	中濃ソース	ウスターソース	食塩	こしょう	しょうゆ								
			ツナサラダ	ツナ	三温糖	米サラダ油	にんじん	水菜	キャベツ	こしょう	しょうゆ	穀物酢						
11	(水)		プリンタルト(市販)	プリンタルト(市販)							635	24.6						
			キムチチャーハン	やしぶた	鶏卵	米	むぎ	米サラダ油	ごま油	キムチ			にら	しょうゆ	食塩			
			トックスープ	とり肉	鶏卵	はくさい	たまねぎ	にんじん	ねぎ	えのきたけ			食塩	清酒	こしょう			
12	(木)		りんごゼリーポンチ	りんごカットゼリー	さとう	甘夏缶	バイン缶	ぶどう酒			691	28.5						
			ゆかりごはん	ゆかり	米	むぎ	米サラダ油	ごま	清酒									
			魚のピリ辛揚げ	ぶり	でん粉	なたね油	ごま油	三温糖	清酒	しょうゆ			みりん	トウバンジャン				
13	(金)		かぼちゃもちスープ	とり肉	かぼちゃもちボール(市販)	ごぼう	だいこん	にんじん	ねぎ	干しいたけ	こまつな	清酒	しょうゆ	みりん	食塩			
			ホワイトチョコ揚げパン	ツイストパン	なたね油	さとう	ホワイトチョコパウダー											
			肉団子スープ	ぶた肉	鶏卵	でん粉	はるさめ	ねぎ	しょうが	にんじん	こまつな	たけのこ	食塩	こしょう	しょうゆ			
16	(月)		ラフランスゼリー	ラフランスゼリー							735	33.5						
			味噌ラーメン	みそ	やしぶた	蒸し中華めん	ごま油	米サラダ油	にんにく	しょうが			ねぎ	にんじん	ホールコーン	もやし		
			ジャンボ揚げ餃子	ぶた肉	ぎょうざの皮	薄力粉	ごま油	なたね油	にんにく	しょうが			キャベツ	にら	たまねぎ	食塩	こしょう	しょうゆ
17	(火)		ハリハリ和え	三温糖	ごま油	切干し大根	きゅうり	もやし	にんじん	穀物酢	しょうゆ							
			きんぴらごはん	ぶた肉	あぶらあげ	米	米サラダ油	しらたき	三温糖	ごぼう	にんじん	清酒	しょうゆ					
			魚の照り焼き	さけ	ごま油	清酒	みりん	しょうゆ										
18	(水)		磯の香和え	刻みのり	こまつな	もやし	えのきたけ	しょうゆ	清酒	みりん	750	33.1						
			フラワーロール	フラワーロール														
			パンネのグラタン	とり肉	えび	イカ	牛乳	生クリーム	粉チーズ	シュレットチーズ			米サラダ油	バター	薄力粉	マカロニ		
19	(木)		タマゴと野菜のスープ	たまねぎ	こまつな	マッシュルーム	食塩	こしょう	ぶどう酒									
			ウインナーと野菜のスープ	ウインナー	じゃがいも	米サラダ油	たまねぎ	にんじん	キャベツ	食塩	こしょう	粉パセリ						
			アシドミルク	アシドミルク														
			赤飯	赤飯(アルファ化米)	ごま	精製塩												
19	(木)		鶏の唐揚げ	とり肉	でん粉	薄力粉	なたね油	ごま油	しょうが	しょうゆ	763	28.6						
			小松菜のからしあえ	ごま油	こまつな	にんじん	もやし	しょうゆ	洋からし									
			すまし汁	とうふ	こまつな	えのきたけ	ねぎ	食塩	清酒	しょうゆ								

※都合により献立内容に変更がある場合があります。

寒さが少し和らぎ、待ちに待った暖かい春はすぐそこまで来ています。さて、今年度も残りわずかとなりました。みなさんは一年間、給食を通してさまざまなことを学んできました。給食が栄養になって体も心も大きく成長していることでしょうか。3月はそんな1年間をふり返り、できるようになったことや、これからがんばりたいことを考えてみましょう。

給食当番できたかな？

- 給食当番としてふさわしい身じたくをととのえることができましたか
- 石けんを使ってきちんと手洗いをすることができましたか
- 衛生や安全に気をつけて、給食を運ぶことができましたか
- 盛り残しに気をつけて、ていねいに配膳をすることができましたか
- 給食当番が協力をして給食の準備をすることができましたか

1年間の給食をふり返りましょう

- ①手洗いを忘れずにできましたか
- ②給食の準備を協力してできましたか
- ③好き嫌いなく食べましたか
- ④よい姿勢で食べましたか
- ⑤友だちと楽しく会食できましたか
- ⑥あいさつを忘れずにしましたか
- ⑦後片づけがちゃんとできましたか
- ⑧はしを正しく使えましたか

桃の節句

3月3日は、「桃の節句」とも「上巳(じょうし)の節句」とも呼ばれ、女の子の健やかな成長と幸せを願う日です。ひな人形を飾る風習は、室町時代頃に始まり、一般に広まったのは、明治時代以降といわれています。それまでは、厄をはらうための紙の人形だったといわれています。桃の節句につくられる行事食には、はまぐりのお吸い物やひしもち、ちらし寿司などがあります。給食では、ひなまつり献立で、ちらし寿司を出す予定です。

ご協力お願いします

3月19日給食終了後、給食当番だった児童は、白衣を持ち帰ります。洗濯(匂いの強い柔軟剤なし)をして頂き、修了式までにお戻し願います。白衣のボタンが取れていたり、帽子のゴムがゆるんでいたりと等ありましたら、連絡帳でお知らせ下さい。

1月の全国給食週間では、各学年で給食に関する作品や献立作成、調理員さんへの感謝の気持ちを伝える作品を作る取組みがありました。3月の献立では、3、6年生の児童の作品から実際に反映できた献立を出しています。教室に掲示する給食の盛り付け表には、児童の名前を載せています。

保護者のみなさまへ
1年間、学校給食にご理解・ご協力頂きありがとうございました。今年度も無事に給食を終了することができそうです。引き続き安心・安全な給食業務を行ってまいります。