

3月 よていこんだてひょう



食品群	体内でのほたらき
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をどとのえる

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。 ※魚には小骨がある可能性がありますので、気をつけて食べましょう。

こ ん だ て	<p>1年間の給食を ふりかえろう</p> <p>学校給食は、みなさんが元気に成長できるように、エネルギーや栄養素を考へてつくられています。毎日残さずに食べましたか？ また、給食当番の仕事がきちんとできましたか？ 自分自身のことをふりかえってみましょう。</p>	1(火)	2(水)	3(木) ひなまつり	4(金) ♥リクエスト	
		あか	ぎゅうにゅう、とうふ、とりにく、かまぼこ、たまご	ぎゅうにゅう、ぶたにく、だいず、とりレバー、とうふ、みそ、とりにく	ぎゅうにゅう、わかめ、ちくわ、とりにく、かんてん	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とりレバー、ひよこまめ、あおえんどうまめ、とりにく、あかいんげんまめ、だっしふんにゅう
		き	こめ、だいず油、さとう	こめ、だいず油、ごま油、さとう、でんぷん、こむぎこ、ラード、はるさめ、うるちまい、こくとう	こめ、さとう、パンこ、もちこめ	こめ、じゃがいも、マーガリン、こむぎこ、だいず油、パンこ、さとう
		みどり	にんじん、だいこん、なのはな、しいたけ、たまねぎ、キャベツ、きくらげ、グリーンピース、にんにく	にんじん、たまねぎ、ズッキーニ、にら、れんこん、しょうが、にんにく、キャベツ、もやし、たけのこ	にんじん、たけのこ、れんこん、かんひょう、しいたけ、ほうれんそう、しめじ、ながねぎ、たまねぎ、ねぎ	にんじん、たまねぎ、ピーマン、トマト、にんにく、パイ
こ ん だ て	7(月) 中3卒業メニュー	8(火)	9(水)	10(木) ♥リクエスト 南星中3-4	11(金) 中卒業式	
	あか	ぎゅうにゅう、とうふ、あぶらあげ、とうにゅう、みそ、ぶたにく、だいず、かまぼこ	ぎゅうにゅう、とりにく、あぶらあげ、ふ、とうにゅう	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とりにく、うずらたまご、あつあげ、こんぶ、かまぼこ、ホキ	ぎゅうにゅう、だっしふんにゅう、とりにく、とうにゅう、あから	ぎゅうにゅう、とりにく、むえんせきウイナー、ぶたにく
	き	こめ、だいず油、ごま油、さとう、ごま	こめ、おおむぎ、だいず油、なたね油、さとう、こめこ、でんぷん	こめ、ラード、でんぷん、さとう、だいず油、こむぎこ、パンこ	こむぎこ、さとう、マーガリン、だいず油、じゃがいも、こめこ	こめ、じゃがいも、ピーマン、だいず油、ごま油、でんぷん
	みどり	だいこん、こまつな、にんじん、ごぼう、れんこん、こんにやく	ごぼう、しいたけ、こんにやく、にんじん、ねぎ、にんにく、もも	こんにやく、にんじん、だいこん、きぬさや	たまねぎ、かぼちゃ、パセリ、にんじん、コーン、ほうれんそう、ぶどう、いちご	トマト、にんじん、レタス、たまねぎ、あかピーマン、こまつな、たけのこ、きくらげ、しょうが、にんにく
こ ん だ て	14(月) 北幼うさぎ、南小4-2、北小1-4・3-5・4-5	15(火) 南小4-2・6-3	16(水)	17(木)	18(金) 幼卒業式	
	あか	ぎゅうにゅう、とうふ、あつあげ、ぶたにく、とうにゅう	ぎゅうにゅう、あぶらあげ、とうふ、みそ、とりにく	ぎゅうにゅう、だっしふんにゅう、とりにく、だいず、チーズ、とうにゅう	ぎゅうにゅう、なると、みそ、ぶたにく	ぎゅうにゅう、とうふ、わかめ、たまご、ぶたにく
	き	こめ、はるさめ、だいず油、ごま油、さとう、でんぷん、こめこ	こめ、ごま、だいず油、ごま油、さとう、でんぷん	こむぎこ、さとう、だいず油、さとう、こくとう、アーモンド、でんぷん、じゃがいも、パンこ、こめこ	こむぎこ、ごま油、ごま、さとう、だいず油、ペイにも、もちこ、いもくず	こめ、でんぷん、だいず油、さとう
	みどり	しいたけ、こまつな、にんじん、はくさい、もやし、きくらげ、ヤングコーン、きぬさや、しょうが、にんにく、もも	ごぼう、こんにやく、ねぎ、しょうが、たまねぎ、にんじん、なす、たけのこ、にんにく、ぶどう	にんじん、たまねぎ、ズッキーニ、えだまめ、トマト、にんにく、いちご	ねぎ、しょうが、にんにく、にんじん、キャベツ、もやし、たけのこ、コーン	しいたけ、たまねぎ、にんじん、こんにやく、ピーマン、たけのこ
こ ん だ て	21(月)	22(火) 小6卒業メニュー	23(水) 小卒業式	<p>卒業おめでとう</p>		
	あか	ぎゅうにゅう、ぶたにく、かまぼこ、みそ、こんぶ、とうにゅう	ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく、たまご、とうにゅう			
	き	こめ、だいず油、さとう、こめこ	こめ、おおむぎ、だいず油、でんぷん、パンこ、さとう、こめこ			
	みどり	こんにやく、しいたけ、にんじん、いちご	にんじん、たまねぎ、マッシュルーム、コーン、ピーマン、うこん、キャベツ、しょうが、トマト、いちご			



3月3日 ひな祭り

女の子の健やかな成長と幸せを願ってお祝いする「ひな祭り」。ひな人形や桃の花を飾り、ちらし寿司やハマグリのお汁などをいただきます。そしてひな祭りのお菓子といえば、ひしもちとひなあられが代表的です。ひしもちはひし形をした「桃・白・緑」の3色のもちを重ねたものが定番です。今回はひなあられを提供します。その他にも、全国各地にさまざまなお菓子がありますので、一部を紹介します。

地域色あふれるひな祭りのお菓子

- おこしもん (愛知県)
- いがまんじゅう (愛知県西三河地域)
- ひちぎり (京都府)
- おひり (鳥取県)
- からすみ (岐阜県)
- くしろもち (山形県)
- おもち (石川県)
- うすまもち (香川県)