

*3日のいちごゼリーは、1月21日に提供できなかった献立の代替です。

各務原市学校給食センター

月	火	水	木	金			
<p>2 ひな祭りの献立</p> <p>菱餅</p> <p>ウナギのかば焼き</p> <p>五色和え</p> <p>麦ごはん</p> <p>春のかすみ汁</p>	<p>3 いちごゼリー</p> <p>フライドポテト</p> <p>海藻サラダ</p> <p>ソフト麺</p> <p>ミートソース</p>	<p>4</p> <p>ミンチと玉子のそぼろ</p> <p>切干大根の煮浸し</p> <p>麦ごはん</p> <p>なめこの味噌汁</p>	<p>5 卒業お祝い献立</p> <p>お祝いデザート</p> <p>含め煮</p> <p>赤飯</p> <p>ごま塩</p> <p>鯛の塩焼き</p>	<p>6 卒業式</p>			
<p>9 いやかん</p> <p>キャベツとウインナーのソテー</p> <p>麦ごはん</p> <p>ポークカレー</p>	<p>10</p> <p>揚げギョウザ (2個)</p> <p>中華サラダ</p> <p>中華麺</p> <p>長崎ちゃんぽんのスープ</p>	<p>11</p> <p>豚肉のあんからめ</p> <p>五目きんぴら</p> <p>麦ごはん</p> <p>里芋の味噌汁</p>	<p>12</p> <p>ミートボールのケチャップソースかけ</p> <p>イタリアンサラダ</p> <p>黒糖コッパン</p> <p>ジュリエヌスープ</p>	<p>13</p> <p>ヨーグルト</p> <p>三色ごま和え</p> <p>ちらし寿司</p> <p>カレイの唐揚げ</p>			
<p>16</p> <p>焼き肉</p> <p>じゃが芋の煮物</p> <p>麦ごはん</p> <p>わかめの味噌汁</p>	<p>17</p> <p>竹輪の磯辺揚げ (3個)</p> <p>ひじきとれんこんの炒め物</p> <p>うどん</p> <p>きつねうどんのつゆ</p>	<p>18 食育の日/いい歯の日</p> <p>イカの高麗焼き</p> <p>コーンもやし</p> <p>麦ごはん</p> <p>麻婆豆腐</p>	<p>19</p> <p>チキンナゲット (3個)</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>米粉入り食パン</p> <p>クリームシチュー</p>	<p>20 春分の日</p>			
<p>23</p> <p>鮭のマヨ昆布かけ</p> <p>筑前煮</p> <p>麦ごはん</p> <p>麩のすまし汁</p>	<p>24</p> <p>厚焼き玉子</p> <p>さつま芋サラダ</p> <p>小型コッパン</p> <p>焼きそば</p>	<p>25</p> <p>清見オレンジ</p> <p>厚揚げのチリソース炒め</p> <p>抹茶蒸しパン</p> <p>中華麺</p> <p>醤油ラーメンのスープ</p>	<p>春の行事と行事食</p> <table border="1"> <tr> <td> <p>3月3日</p> <p>ひなまつり</p> <p>はまぐりの粥</p> <p>ひしもち</p> </td> <td> <p>3月20日ごろ</p> <p>春分の日 (春のお彼岸)</p> <p>ぼたもち</p> </td> <td> <p>桜開花のころ</p> <p>お花見</p> <p>花見団子</p> <p>行業弁当</p> </td> </tr> </table>		<p>3月3日</p> <p>ひなまつり</p> <p>はまぐりの粥</p> <p>ひしもち</p>	<p>3月20日ごろ</p> <p>春分の日 (春のお彼岸)</p> <p>ぼたもち</p>	<p>桜開花のころ</p> <p>お花見</p> <p>花見団子</p> <p>行業弁当</p>
<p>3月3日</p> <p>ひなまつり</p> <p>はまぐりの粥</p> <p>ひしもち</p>	<p>3月20日ごろ</p> <p>春分の日 (春のお彼岸)</p> <p>ぼたもち</p>	<p>桜開花のころ</p> <p>お花見</p> <p>花見団子</p> <p>行業弁当</p>					
<p>今月の岐阜県産食材</p> <p>米粉</p> <p>きゅうり</p> <p>大根</p> <p>小松菜</p> <p>ほうれん草</p> <p>切干大根</p> <p>地場産物を使っています!</p>			<p>* いい歯の日には歯によい食材や噛みごたえのある料理が登場します。</p> <p>* 材料の都合により、献立内容を変更する場合があります。</p> <p>* 海 (川) でとれる物には、まれにエビやカニなどが混入していることがあります。</p> <p>* 揚げ物に使用する油 (キャノーラ油) は、一回限りの使いきりではありません。</p> <p>* シシャモ等の1尾魚は、魚卵を持っていることがあります。</p>				

給食時間を振り返ろう 『食育』チェックシート

今年度も残りわずかとなりました。1年間の給食時間を振り返り、できたことに○をつけましょう。できなかったことは、来年度の目標にしましょう。

<p>食事のあいさつを心を込めて言うことができた</p> <p>いただきます / ごちそうさまでした</p>	<p>正しい食器の置き方、はしの持ち方で食べることができた</p>	<p>姿勢を正して、よくかんで食べることができた</p>
<p>地域の産物や食文化を知ることができた</p>	<p>日本の伝統行事と行事食について知ることができた</p>	<p>主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを考えることができた</p>

伝えよう日本の味

《ひな祭り》

3月3日は、ひな祭りです。子どもの健やかな成長を願ってお祝いをする日本の伝統行事です。現在のように、ひな人形を飾るようになったのは江戸時代のことで、もとは人形を身代わりにして邪気をはらう「流しびな」が起源とされます。行事食として、ちらし寿司、はまぐりのお吸い物、ひしもち、ひなあられなど、華やかな食べ物が並びます。

もうすぐ春休み! 新年度に向けて準備をする機会に

春休みは、新しい生活に向けて準備をする期間です。生活環境が変わると、心と体に負担がかかり、疲れやすくなるため、1日3食しっかり食べて体調を整え、新生活を元気にスタートできるようにしておきましょう。

