


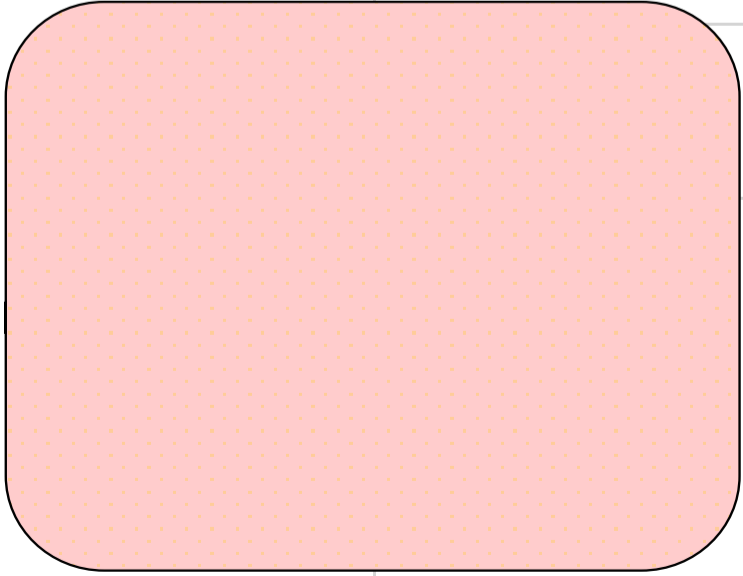




		1日(水)	2日(木)	3日(金)
		たんぱく質は肉だけでなく魚介類にも豊富な栄養素です。今日は、いか・えび・ほたてが入ったスパゲティです。	3年生の卒業を祝ってお祝いの日の献立です。赤飯の赤色は邪気を祓うと伝えられています。	ノロウイルス等による食中毒を防ぐには、食事の前の手洗いが大切です。きれいな手で食事をしましょう。
6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
すりおろしたにんじんを入れたキャロットシチューは、春らしいオレンジ色をしています。カロテン豊富なにんじんを食べて元気に過ごしましょう。		食品には原材料や栄養成分、アレルギー表示などがされており、食品を選ぶときの情報源となります。	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事は栄養バランスのよい食事です。毎日の食事で組み合わせを考えてみましょう。	もずくは海藻の仲間です。ミネラルやビタミンが豊富に含まれ、表面のぬるぬる成分は腸内環境を整える働きがあります。
				
13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
	わけぎは今がおいしい旬の食品です。わけぎのぬたは春を伝える料理です。	ふくふく豆は「カミカミ献立」です。しっかりかんで食べましょう。	緑黄色野菜は健康維持に欠かせない食品です。にんじんは緑黄色野菜の代表的な野菜です。	給食最終日のお知らせ
				3年生は3月6日、1,2年生は3月22日が給食最終日です。給食当番の人は、エプロンを持ち帰り、洗濯をして早めに持ってきてください。
20日(月)	21日(火)	22日(水)		
食事は多くの人々の苦勞や努力に支えられてできています。感謝の気持ちをこめてあいさつをしましょう。		今年度最後の給食になりました。どんな1年だったでしょうか？「終わりよければ、すべてよし。」		