

3月給食もりつけ表

令和5年

岡山市立芳泉小学校*ひばり分校

こんげつ もくひょう
今月の目標

ぞつぽう いわ ける おどす
**卒業を祝い、春の訪れを
感じる食事をしよう**



<p>1日(水)</p> <p>てまきすしのく ・いかスティック ・ウィンナー (2はん) ・そくせきつけ のり</p> <p>てまきすし あかだし</p> <p>岡山県瀬戸内地方は、のりの産地です。新のりは寒さが厳しい2月に収穫されます。今日は手巻き寿司です。上手に巻いて食べましょう。</p>	<p>2日(木)</p> <p>やきそばサンドのく</p> <p>やきそばサンド とうふスープ</p> <p>食事の前には、せっけんをつけて手を洗っていますか？汚れた手で食事をすると、手の汚れが食べ物についてしまいます。丁寧な手洗いを心がけましょう。</p>	<p>3日(金)</p> <p>さけのなんぶやき</p> <p>むぎごはん じゃがいものきんぴら</p> <p>給食では、たくさんの魚料理を作っています。旬の魚を使ったり、味付けや、料理の仕方を工夫したりしながら作っています。</p>		
<p>6日(月)</p> <p>すのもの</p> <p>ごはん みそおでん</p> <p>みそは、大豆や米、麦などの穀物に、塩と麹を混ぜて発酵させて作られる調味料です。使う材料や味、色など、地域によって違いがあるのも特徴です。</p>	<p>7日(火)</p> <p>ぶんだん はるまき</p> <p>わかめラーメン</p> <p>春巻きは中華料理の点心の一つで、立春のころ、新芽が出た野菜を食材としてまいったことから「春巻き」と呼ばれています。</p>	<p>8日(水)</p> <p>いちご(2こ) ごましお</p> <p>さわらのさいきょうやき</p> <p>せきはん のっぺいじる</p> <p>みなさんの卒業、進級をお祝いする献立です。赤飯は、おめでたい特別な日「ハレの日」の食事として、日本で昔から食べられています。</p>	<p>9日(木)</p> <p>スプリングサラダ</p> <p>こめパン キャロットシチュー</p> <p>にんじんをすりおろしてペースト状にしたものをシチューに入れて、春らしい色のシチューを作りました。春の訪れを感じながら食べましょう。</p>	<p>10日(金)</p> <p>あかうおのチリソースかけ</p> <p>むぎごはん はるさめのちゅうかいため</p> <p>給食では、日本だけでなく、外国の料理も作っています。国によって、使う食材や味付け、食べ方など様々です。いろいろな国の料理を食べてみましょう。</p>
<p>13日(月)</p> <p>そぼろごはんのく</p> <p>そぼろごはん みそしる</p> <p>食事のあいさつには、食材の命をいただくこと、食材を育てている人や料理を作ってくれる人への感謝の気持ちが込められています。</p>	<p>14日(火)</p> <p>なのはなむしまん</p> <p>かやくうどん</p> <p>間食(おやつ)には、食事では足りなかった栄養を補うための動きがあります。蒸しまんのような、手作りのおやつを間食に取り入れてみましょう。</p>	<p>15日(水)</p> <p>おたのしみ コールスローサラダデザート(6ねんのみ)</p> <p>カレーライス</p> <p>6年生給食最終日です。芳泉小学校で食べる最後の給食は、みんな大好きカレーライスです！味わって食べてくださいね。</p>	<p>16日(木)</p> <p>あじのレモンやき</p> <p>ココアパン ベンネとやさいのソテー</p> <p>給食当番の人は、協力して仕事できていますか？教室では静かに待っていますか？みんなで協力して給食の準備や片付けをしましょう。</p>	<p>17日(金)</p> <p>そつぎょうしき 卒業式</p>
<p>20日(月)</p> <p>わかどりのやくみあえ</p> <p>ごはん だまこもちいりみそしる</p> <p>だまこもちはお米からできていて、お米をつぶし、丸めて団子にしています。東北地方で食べられている郷土料理のひとつです。味わって食べてくださいね。</p>	<p>21日(火)</p> <p>しゅんぶん ひ 春分の日</p>	<p>22日(水)</p> <p>おたのしみデザート</p> <p>さわらのからあげ</p> <p>ごはん なまらのすましじる</p> <p>今年度最後の給食です。今のクラスの仲間と給食を食べるのは、今日が最後です。1年の思い出を振り返りながら、味わって給食を食べましょう。</p>	<p>卒業おめでとう 給食室より</p>	