

3がつのこんだて

旭電小学校
2025年

〈こんげつのもくひょう〉

卒業を祝い、春の訪れを感じる
食事をしよう



6年生が家庭科の授業で考えた献立を
5日、7日、17日に実施しています。
栄養のバランスや旬の食材を
考えて献立をたててくれました。
味わって食べましょう。



3日 (月)	4日 (火)	5日 (水)	6日 (木)	7日 (金)
<p>カミカミ献立</p> <p>しっぽうどん きびじまめ</p> <p>しっぽうどんは、秋から冬にかけてとれる数種類の野菜と油揚げを煮干しのだしで一度に煮込み、ゆでたうどんの上から具材とともにかけて作る香川県の郷土料理です。</p>	<p>おひたし</p> <p>むぎこはん うまに</p> <p>毎日元気に過ごすためには、いろいろな食品から栄養素をバランスよくとることが大切です。好き嫌いをなく食べましょう。</p>	<p>6年生が考えた献立</p> <p>ぎゅうにくバーガー ワンタンスープ</p> <p>6年生が家庭科の授業で考えてくれた栄養たっぷりの献立です。みんなが大好きなメニューの牛肉をパンにはさんで味わいましょう。</p>	<p>くらげともやしのあえもの</p> <p>ごはん あつあげのちゅうかに</p> <p>オイスターソースは、「カキ」を塩漬けにして、発酵・熟成させた調味料です。特有の風味とうま味が強い調味料で中華料理に使われています。</p>	<p>6年生が考えた献立</p> <p>ごましお さわらのたつたあげ せきはん とりじる</p> <p>卒業をお祝いした献立です。6年生が家庭科の授業で考えてくれました。赤飯はお祝い事など、特別な「ハレ」の日の食事で、小豆ともち米と一緒に炊きます。</p>
10日 (月)	11日 (火)	12日 (水)	13日 (木)	14日 (金)
<p>びんたん</p> <p>わかめラーメン はるまき</p> <p>「春巻」は豚肉・タケノコ・ニラなどを皮で包んで揚げる中国料理です。春の訪れを祝い、新芽の春野菜を巻いたことが由来です。</p>	<p>だいこんサラダ</p> <p>カレーライス</p> <p>給食で大人気のメニューです。一年間を共に過ごしたクラスの仲間と一緒に楽しい食事の時間をすごしましょう。共食をすることで、心や体の健康状態も良くなります。</p>	<p>あじのレモンやき</p> <p>ココアパン スパゲティソース</p> <p>食事に関わった人への感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。</p>	<p>こうはくだいふく</p> <p>ごはん にくじゃが</p> <p>「ぬた」は、みそに酢、砂糖を混ぜた日本の伝統料理です。2～3月が旬のわけぎを使っています。</p>	<p>しろみざかなのこまがらめ</p> <p>ごはん うちまめじる</p> <p>魚離れが進んでいる中、給食では魚の献立も積極的に取り入れています。揚げ物・焼き物・煮物などいろいろな魚料理を食べることができます。</p>
17日 (月)	18日 (火)	19日 (水)	20日 (木)	21日 (金)
<p>6年生が考えた献立</p> <p>ぎつねうどん なのはなむしまん</p> <p>6年生が家庭科の授業で考えてくれた献立です。間食（おやつ）は、成長期の児童の成長を助ける大切な役割があります。</p>	<p>あかうおのチリソースがけ</p> <p>ごはん はるさめのちゅうかいため</p> <p>給食には、様々な国の料理がです。その土地の気候や風土によって特徴があります。チリソースや春雨は、中華料理で使われる食材です。</p>	<p>コールスローサラダ</p> <p>メープルジャム ミートボールのサンド スープ</p> <p>今年度、最後の給食です。一年間、楽しく食べられましたか？安全・衛生に気をつけて、決まりを守って進んで準備・片付けが出来たかを振り返りましょう。</p>	<p>春分の日</p>	<p>卒業式</p>