



日曜日	こんだてめい			おもなざいりょうとはたらき					
	しゅしよく	ふくしよく	体をつくるもと		体のちょうしをととのえるもと		エネルギーのもと		
			たんぱく質	むきしつ無機質	ビタミン		たんすいかぶつ炭水化物	しつ脂質	
1 火	ふりかけ	さつま芋のシチュー 海草サラダ(ドレッシング) ソフールヨーグルト	ベーコン とり肉	牛乳 わかめ 生乳 粉チーズ ヨーグルト	にんじん	玉ねぎ コーン キャベツ きゅうり	さつまいも	油 バター ドレッシング	
2 水		さけの西京焼き とうふとわかめのみそ汁 ほうれん草と卵のおひたし いちご	さけ みそ とうふ 油揚げ 卵 かつお節	わかめ	ほうれん草	しめじ ねぎ もやし いちご	砂糖	ごま	
★ひなまつり献立★				3月3日「桃の節句」…「ひな祭り」ともいいます。子どもの健やかな成長と幸せを願う行事です。					
3 木		花形豆腐ハバーグ 照り焼きリス はなぶのすまし汁 野菜のごまあえ いちごのお祝いケーキ	とうふ とり肉 ふ かまぼこ 卵		にんじん こまつな ほうれん草	玉ねぎ しめじ キャベツ ねぎ えのきたけ もやし	砂糖 でん粉 ケーキ	油 ごま	
4 金		ポーク焼売 中華風卵スープ チンジャオロースー アロエヨーグルト	ふた肉 とうふ 卵	ヨーグルト	にんじん ピーマン	玉ねぎ しいたけ きくらげ ねぎ たけのこ	でん粉 砂糖 小麦粉	油 ごま油	
7 月		オムレツ ハヤシルー こんにやくサラダ(ドレッシング) コアヨーグルト	卵 牛肉	生乳 わかめ ヨーグルト	にんじん	玉ねぎ マッシュルーム グリッピー コーン きゅうり	じゃがいも 砂糖	生クリーム 油 ドレッシング	
8 火	うどん	五目うどん汁 菜の花とさつま芋のかき揚げ 和風サラダ カスタードプリン	とり肉 油揚げ なると	のり	にんじん こまつな 菜の花 ほうれん草	玉ねぎ しいたけ ねぎ えのきたけ	うどん 砂糖 小麦粉 さつまいも プリン	油	
9 水	卒園式前日準備のため給食はありません								
10 木	卒園式のため給食はありません								
11 金	大栄みらい学園卒業式のため給食はありません								
14 月		さわらの白だし焼き キャベツとさつま芋のみそ汁 磯辺あえ お祝い紅白ゼリー	さわら 油揚げ みそ	のり	にんじん ほうれん草	キャベツ 玉ねぎ もやし	砂糖 さつまいも ゼリー		
15 火	ソフト麺	ミートソース コーンサラダ フルーツポンチ	ふた肉 とり肉 大豆	粉チーズ	にんじん ピーマン トマト ブロッコリー	玉ねぎ マッシュルーム セロリ 枝豆 キャベツ きゅうり コーン みかん もも パイン	ソフト麺 砂糖 小麦粉 ゼリー	油	
16 水		さばのゆずみそ煮 かきたま汁 三色ごま和え りんご	さば みそ なると 卵 とうふ	わかめ	にんじん ほうれん草	玉ねぎ もやし りんご	砂糖 でん粉	ごま	
17 木		えびフライ(ソース) コンソメスープ コールスローサラダ オレンジシャーベット	えび ツナ ウインナー		にんじん パセリ カリフラワー	キャベツ 玉ねぎ コーン	パン粉 小麦粉 じゃがいも シャーベット	油	

★献立は食材購入の都合により、変更となる場合があります。

一年間をふり返ろう!

この一年間、給食をおいしく楽しく食べることが出来ましたか？
一年間を振り返って「はい」「いいえ」をつけてみましょう。

- ①食事の前にきちんと手を洗った。
「はい」・「いいえ」
- ②きれいなハンカチを毎日持っていた。
「はい」・「いいえ」
- ③協力して食事の準備が出来た。
「はい」・「いいえ」
- ④感謝の気持ちをこめてあいさつをした。
「はい」・「いいえ」
- ⑤よくかんで食べた。
「はい」・「いいえ」
- ⑥よい姿勢で食べた。
「はい」・「いいえ」
- ⑦好き嫌いせず何でも食べた。
「はい」・「いいえ」
- ⑧友だちと仲良く、楽しく食事が出来た。
「はい」・「いいえ」
- ⑨食器をていねいにつけた。
「はい」・「いいえ」
- ⑩後片付けをきちんとした。
「はい」・「いいえ」



「はい」が7つ以上の人
よくがんばりました。

ひなまつり

3月3日は桃の節句ともいい、もとは中国から伝わった上巳の行事と日本のひな遊び(公家の間で行われていた)が合わさったものといわれています。災いなどをはらうために、人形を海や川に流したり、はまぐりのうしお汁やひしもちなどを食べたりします。また、古代の中国では、桃は邪気をはらう神聖な木ともいわれ、桃の花を浮かべる桃花酒なども飲まれていました。

今月の地元産は
 【さつまいも】1日、14日
 植松 和孝(大沼)
 【ふた肉】18日
 飯田裕一(大栄十余三)

