



# 3月こんだてひょう


















舞鶴市立新舞鶴小学校

## 3月きゅうしょくもくひょう

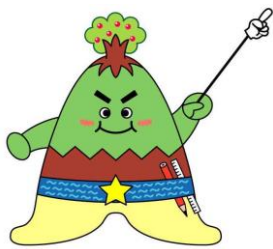
1ねんかんのきゅうしょくをふりかえろう

給食の準備や後片付けなど、みんなで協力してできましたか？食事のマナー（おはしの持ち方・あいさつ・正しい姿勢・口にもものを入れたまましゃべらないなど）を守って、楽しく食べることができましたか？にがてな食べ物にもチャレンジできましたか？

2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)
<p>ごはん</p> <p>ぎょうざどん</p> <p>わかめスープ</p>  <p>＜ぎょうざ丼＞</p> <p>子どもたちに人気のメニューです。ごま油でひき肉、にんにく、しょうがを炒めて、酒、塩コショウをします。キャベツ、ニラを加えてしょうゆで味付けます。水溶きでんぷんでトロミをつけます。</p>	<p>ぎゅうにくとごぼうのまぜごはん</p> <p>菜の花のごま和え</p> <p>すましじる</p>  <p>＜菜の花のごま和え＞</p> <p>3月3日は桃の節句です。桃は、邪気を祓い不老長寿を与える植物と言われています。菜の花は、菜種から菜種油を取ったことから、灯明を意味するそうです。（灯明・・・神仏に供える灯火）</p>	<p>ミルクパン</p> <p>シイラのバジルやき</p> <p>コーン卵スープ</p>  <p>舞鶴のさかな</p> 	<p>むぎごはん・ふりかけ</p> <p>肉じゃが</p> <p>甘酢和え</p>  	<p>はせ抹茶パン</p> <p>祖母谷川スープ</p> <p>元気いっぱいやる気の実フルーツパンチ</p>  <p>6-2「はせやまん給食」はせ抹茶パンは長谷山の緑をイメージした揚げパンです。祖母谷川スープは川の流れる春雨で、はせやまんのベルトの星をうずら卵で表現しています。フルーツパンチの白玉がやる気の実です。</p>
9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)
<p>はせやまごはん</p> <p>はせいろポークチャップ</p> <p>やる気の実</p> <p>勇気の星入り</p> <p>スマイルスープ</p>  <p>6-3「はせやまん給食」はせやまごはんは、わかめごはん、長谷山の緑をイメージしています。はせ色ポークチャップははせやまんの赤にブロッコリーのやる気の実をそえました。勇気の星入りスマイルスープははせやまんの勇気の星をにんじんで表現しました。食べて元気になってほしいという思いをこめています。</p>	<p>チキンパエリア</p> <p>じゃがいものチーズに</p> <p>コーンスープ</p>  <p>＜チキンパエリア＞</p> <p>12月に初登場のチキンパエリアです。ターメリックで黄色く色づいたご飯が食欲をそそり、残しが大変少なかった献立です。「おいしい」と好評でした。ターメリック=ウコンは、漢方では、血行を整えて新陳代謝を促すために処方されるそうです。</p>	<p>国産小麦のツナサンド</p> <p>チンゲンさいのクリームスープ</p>   <p>＜チンゲン菜のクリームスープ＞</p> <p>鶏肉、チンゲン菜、たまねぎ、にんじん、じゃがいものコンソメ味のスープに、豆乳で溶いた米粉を流し入れます。トロミがついてクリームシチューが簡単にできます。豆乳を牛乳にかえると、コクがでます。</p>	<p>むぎごはん・ゆかり和え</p> <p>鶏のから揚げ</p> <p>じゃがいものみそ汁</p>  <p>＜鶏のから揚げ＞</p> <p>鶏肉にすりおろしたしょうが、酒、しょう油で下味をつけます。</p> 	<p>小型パン・イチゴジャム</p> <p>しょう油ラーメン</p> <p>焼き餃子</p>  <p>＜しょう油ラーメン＞</p> <p>豚肉、たけのこ、にんじん、もやし、キャベツ、ねぎが入っています。野菜をたっぷり使ったラーメンです。ラーメンの麺の量は小型のパンとあわせて、いつもの主食の量になります。</p> 
16(月)	<p>6-1「はせやまん給食」みんなが大好きなカレーライス、星型のにんじんが勇気の星を表しています。いつものカレー以上に元気もりになれそうですね。福神漬のネーミングもはせやまんから力がもらえそうです。6-1が考えた「やる気の実パンチ」は6-2が考えた小おかずと同じでした。そこで、今回は人気のあるパインサラダにしました。</p>			

「はせやまん給食」を6年生に考えてもらいました。やる気の実・勇気の星・元気スマイルのはせやまん給食ができあがりました。6年生の皆さんが、給食でみんなが笑顔いっぱいになるようにと考えてくれました。ありがとうございました。ネーミングも素敵なワクワクする名前がついています。楽しみですね。みんなが笑顔いっぱい、元気いっぱいになれるように、おいしく作ります。

今月の地産地消  
シイラ



みんな残さず食べていますか？モリモリ食べて元気いっぱい過ごしましょう。



今のクラスで給食を食べる日も残り11日です。思い出に残る楽しい給食時間にしましょう。

