

2019年 3月

五郷学校給食共同調理場（五郷中学校）

日	こんだてめい		赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える
1 金	ちらしずし	豚汁 ひなあられ	刻み昆布, シーチキン, たまご, のり, 豚肉, 豆腐, みそ,	米, 砂糖, 油	にんじん, ごぼう, たけのこ, だいこん, はくさい, ねぎ,
4 月	ごはん	肉豆腐 ごまだれサラダ	豚肉, 豆腐	米, 油, 糸こんにゃく, さとう, ごま	玉ねぎ, にんじん, 干しいたけ ねぎ, キャベツ, きゅうり, コーン
5 火	ごはん	シシャモのカレーあげ 粉ふきいも もやしスープ	ししゃも, 豚肉	米, かたくり粉, 油, 砂糖, ごま, じゃがいも, ごま油	しょうが, パセリ, 玉葱, 人参, もやし, こまつな
6 水	あげばん	ポトフ ヨーグルト	きな粉 ウィンナー, 豚肉, ヨーグルト	コッペパン, 油, 砂糖, グラニュー糖, じゃがいも	キャベツ, 人参, 玉葱, セロリ
7 木	チボリタン	コーンサラダ	粉チーズ, ウィンナー ハム	スパゲッティ, 砂糖, オリーブ油, マヨネーズ	トマト, 人参, 玉葱, ピーマン, コーン, キャベツ, きゅうり, マヨネーズ
8 金	卒業式				
11 月	期末テスト				
12 火	期末テスト				
13 水	ごはん	じゃがいものそぼろ煮 三色ナムル	豚ひき肉	米, じゃがいも, 油, 砂糖, ごま, ごま油	人参, 玉葱, ほうれんそう, もやし
14 木	ごはん	マーボー豆腐 ばんさんすう	豆腐, 豚ひき肉, 赤みそ, ハム	米, 砂糖, 油, ごま油, かたくり粉, はるさめ	葉ねぎ, しょうが, にんにく, 玉葱, 人参, きゅうり, キャベツ
15 金	ごはん	ささみのマリアソース ハムサラダ 卵入りわかめスープ	鶏ささみ, ハム, 卵, わかめ	米, かたくり粉, 砂糖, 油,	キャベツ, きゅうり, 人参, 玉葱,
18 月	ごはん	豆腐のミートグラタン 野菜スープ	豆腐, 豚ひき肉, チーズ, 豚肉	米, 油, 小麦粉, 砂糖, バター, じゃがいも	セロリー, にんにく, 玉葱 トマト, キャベツ, 人参, こまつな
19 火	小学校卒業式				
20 水	親子どんぶり	きゅうりの酢の物	鶏肉, 卵, わかめ, ちくわ	米, 砂糖, ごま	玉葱, 人参, 葉ねぎ, きゅうり, キャベツ
22 金	カレーライス	フルーツポンチ 福神漬	豚肉,	米, 油, じゃがいも, バター, 小麦粉	にんにく, 玉葱, 人参, セロリー, みかん, もも, りんご, 福神漬

ねん かん ふ かえ

4月 ← 1年間の振り返りをしよう! → 3月

ひごとくに寒さが和らぎ、春がすぐそこまで来ていることを感じます。3月は1年間のまとめの月です。自分自身の生活や、給食を通して学んだこと、できるようになったことなどを振り返り、新しい学年で挑戦したいことを考えてみましょう。




ご卒業おめでとうございます

毎日を生き生きと過ごすためには、健康な体をつくるのが基本です。

給食の時間や授業で学んだことを生かし、“食べたもので体がつくれるていく”ことを意識して、よりよい食生活を送ってほしいと思います。


