

3月給食だより

平成 23 年 3 月 25 日

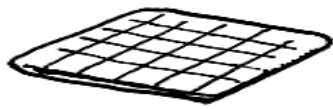
寒河江市立 南部 小学校 発行

給食をおいしく食べることができましたか？

三学期も、あとわずかとなりました。
一年間を、ふり返って「はい」・「いいえ」に○をつけてみましょう。



① 食事の前には、きれいに手を洗った。
「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 食事の準備に協力できた。
「はい」・「いいえ」



④ 好き嫌いせず何でも食べた。「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 友達と仲よく、楽しく会食できた。「はい」・「いいえ」



⑧ 感謝の気持ちをこめて、あいさつができた。「はい」・「いいえ」



⑨ 後片付けがきちんとできた。
「はい」・「いいえ」



⑩ 食器をていねいにつけた。
「はい」・「いいえ」

「はい」が7つ以上ある人は、よくがんばりました。

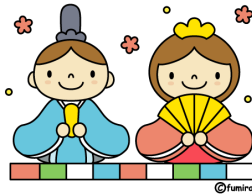
ねらい	日曜	よ 予 定 献 立 名 献立は変更になる場合があります	使用食品のおもなはたらき		
			きいろのなかま 熱やちからのもとになる	あかのなかま 体をつくるもとになる	みどりのなかま 体のちょうしをととのえる
一年をふりかえろう	1 (火)	<u>手をきれいに洗って食事をしよう</u> クロワッサン 牛乳 ポテトカップグラタン ゆでやさい ブラウンシチュー	クロワッサン ジャがいも シチュールウ パター	牛乳 ぎゅうにく	キャベツ アスパラガス たまねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース ブロッコリー
	2 (水)	<u>ビタミンAのはたらきを知ろう</u> ごはん 牛乳 あげどうふのにんじんみそ ブロッコリーのおかかあえ しらたまじる	ごはん あぶら さとう しらたまもち	牛乳 とうふ とりにく みそ	にんじん ブロッコリー コーン ごぼう しいたけ ねぎ こんにゃく
	3 (木)	<u>郷土料理・特産物を味わおう</u> ちらしずし 牛乳 カドやき おひたし すましじる さくらもち	ごはん さとう さくらもち	牛乳 あぶらあげ たまご のり カド とうふ はななんと	かんぴょう にんじん しいたけ もやし ほうれんそう はくさい みつば きぬさや
	4 (金)	<u>カルシウムのはたらきを知ろう</u> カレーライス ふくじんづけ 牛乳 えびフライ かいそうサラダ フルーツポンチ	ごはん ジャがいも パンコ あぶら カレールウ	牛乳 ぶたにく えび かいそう チーズ	たまねぎ にんじん グリンピース だいこん キャベツ きゅうり コーン もも なし パイン あまなつ アロエ ナタデココ



3月の献立から

あさつき

日本古来の野菜で、お浸しや酢味噌和えにして、その香りとシャキシャキする歯ごたえを楽しみます。また、疲労回復の効果もあります。



ひな祭り

3月3日のひな祭りにちなんで献立です。

「ひな」とは、小さいものという意味があり、女の子の初節句を祝う行事になったといわれています。

また、ひな人形の段飾りの場合3段、5段、7段というように縁起のよい奇数にする決まりがあります。

昔は、おひな様に自分の具合の悪いところを移して川へ流し、健康に成長する願い事などもしていました。

さあ、皆さんはおひな様に何を
願いますか？

長いもの甘みそ（2月9日の献立より）

一年生は、「初めて食べた！」「おいしかった！」という感想多くありました。

家庭では、すりおろしてご飯にかけたり、細切りにして酢物にする食べ方ようです。

今回は唐揚げにし、甘味噌を絡める食べ方。更に、使った芋は長芋と里芋の二種類でした。

「芋は芋でも、二種類の芋を使っていることが分かるかな？」と聞くと、長いもと里芋が使われていることを目と口で確かめ、子どもたちは味わい深い給食になりました。

今月の給食は日替わりのねらいがありますし、一年間を振り返るために最終日まで調理師さんの思いが込められます。

ある日のひな祭り

No. 185



ねらい	日曜	よ 予 定 献 立 名 献立は変更になる場合があります	使用食品のおもなはたらき		
			きいろのなかま 熱やちからのもとになる	あかのなかま 体をつくるもとになる	みどりのなかま 体のちょうしをととのえる
一年間を振り返ろう	7 (月)	世界のりょうりを味わおう ナン 牛乳 キーマカレー やさいサラダ コーンスープ フルーツクレープ	ナン あぶら じゃがいも カレールウ クレープ	牛乳 ぶたにく ひよこめ ベーコン	たまねぎ にんじん グリンピース ブロッコリー きゅうり コーン はくさい ピーマン
	8 (火)	郷土料理・特産物を味わおう さんさいうどん 牛乳 すみそあえ きなこぼたもち	うどん さとう おはぎ	牛乳 とりにく なると あぶらあげ のり いか みそ きなこ	わらび みずな たけのこ ひらたけ ふき ごぼう にんじん ねぎ キャベツ あさつき
	9 (水)	食物せんいのはたらきを知ろう ごはん 牛乳 にくじゃがコロッケ キャベツのごまかけ ぶかひれスープ	ごはん じゃがいも ごま あぶら さとう	牛乳 ぎゅうにく だいす たまご	キャベツ きゅうり だいこん にんじん たまねぎ しいたけ チンゲンサイ
	10 (木)	鉄分のはたらきを知ろう ごはん 牛乳 しおマスやき ひじきいり とんじる	ごはん あぶら じゃがいも	牛乳 しおマス ひじき さつまあげ だいす ぶたにく みそ	にんじん だいこん こんにゃく ごぼう ねぎ
	11 (金)	ビタミンCのはたらきを知ろう ごはん 牛乳 からあげのレモンじょうゆ わふうポテトサラダ キャベツじる	ごはん でんぷん あぶら さとう じゃがいも ごま マヨネーズ	牛乳 とりにく わかめ みそ	レモン にんじん いんげん えのき キャベツ
	14 (月)	はしを正しく持って上手に食べよう ぎゅうどん 牛乳 いそべあえ 県産なめこととうふのみそしる 手作りデザート	ごはん デザート	牛乳 ぎゅうにく のり とうふ みそ	たまねぎ グリンピース こんにゃく もやし はくさい にんじん なめこ ねぎ
	15 (火)	じゅ ぎょう じゅ ぎょう じゅ ぎょう 授 業 B 日 課 4 校 時			
16 (水)	じゅ ぎょう じゅ ぎょう じゅ ぎょう 授 業 3 校 時 しき れん しゅう 式 練 習				
17 (木)	じゅ ぎょう じゅ ぎょう じゅ ぎょう 授 業 3 校 時 しゅう りょう しき しき れん しゅう 修 了 式 式 練 習				
18 (金)	そつ ぎょう しゅう しゅ じゅ よ しき 卒 業 証 書 授 与 式				