

3がつ こんだてひょう

3月の給食目標

『1年間の給食を振り返ろう!』

舞鶴市立明倫小学校
令和8年2月27日

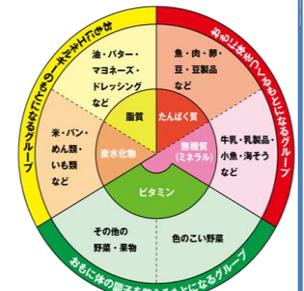


苦手な食べ物にも
チャレンジできたか



食べ物を大切に、感謝して
食べることができたか

2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)
6年生が考えた献立から	6年生が考えた献立から	6年生が考えた献立から (6-2 月川さん)		
ご飯 牛乳 豚肉の生姜炒め 豆腐のみそ汁 五大栄養素をバランスよくとることができるように考えた献立で、ご飯がすすむおかずです。	菜の花ご飯 牛乳 鶏肉のみそマヨ焼き 野菜たっぷり生姜スープ ひなまつりゼリー	味付けパン 牛乳 チリコンカン ベジ&ベーコンの あったかミルクスープ	麦入りご飯 牛乳 マーボー豆腐 大豆と煮干しの揚げ煮 豆腐、大豆、煮干しにはカルシウムがたくさん含まれています。じょうぶな骨や歯を作りましょう。	舞鶴抹茶きなこ揚げパン 牛乳 切り干し大根のナムル かきたま汁 きな粉揚げパンの上に舞鶴産の抹茶をふりかけて、ほんのりみどりいろの緑色の揚げパンにします。
9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)
6年生が考えた献立から	6年生が考えた献立から	6年生が考えた献立から	6年生が考えた献立から	
ご飯 ふりかけ 牛乳 鶏肉と玉ねぎの コチュジャン炒め じゃがいものみそ汁 コチュジャンはピリッと辛くて甘い調味料です。味付けを工夫して考えた献立です。	チャーハン 牛乳 厚揚げの中華そばろ煮 春雨スープ	国産小麦パン 牛乳 マカロニグラタン 卵スープ	麦入りご飯 牛乳 肉じゃが サバの竜田揚げ 舞鶴の魚を使って、栄養たっぷりになるように考えた献立です。魚をおいしく食べましょう!	小型パン 牛乳 いちごジャム 野菜たっぷりみそラーメン ごま和え ~ひとくちめは野菜から~ いろいろな野菜を食べて、健康な体を作りましょう!
16日(月)	17日(火)	「1食分のこんだてを考えよう」 6年生が家庭科の授業で1食分の献立を考えました。主食・主菜・副菜・汁物を組み合わせて、赤・黄・緑の食べ物がバランスよく入るように考えました。冬休みには、家族のために調理もしました。その中から採用した献立をもとに、給食用に少しアレンジして、2月と3月の給食に取り入れます。季節の食べ物や舞鶴の食べ物を取り入れたり、味付けが重ならないように考えたりして工夫しました。		
カレーライス 牛乳 フルーツポンチ 福神漬け 6年生にとっては、小学校の給食を食べるのはあと少しです。思い出に残るといいですね! ※気象警報などによる給食中止の影響で、献立を変更する場合があります。ご了承ください。	チキンライス 牛乳 じゃがいものチーズ煮 コンソメスープ セレクトデザート どうにゅうプリンまたはりんごゼリー えらんだものをおぼえておきましょう! カップは、クラスごとに重ねてきれいに後片付けをしましょう!			



ひなまつり

ひなまつりは、子どもの健やかな成長を願う行事です。三色ゼリーのピンクは桃の花、白は雪、緑は新緑を表しています。

今月の地場産物

12日(木) サバ

舞鶴の海でとれた魚を食べましょう!

きゅうしよくしゅうかん ちょうりいん とど
稲長 宛に調理員さんへ届いたメッセージより(一部を紹介します)

- いつもおいしいきゅうしよくをありがとうございます。また、おいしいきゅうしよくをまっています。(ひまわり)
- いつもおいしいきゅうしよくをつくってくれてありがとうございます。わたしが好きなきゅうしよくはカレーです。(1年)
- いつもおいしい給食を作ってくれてありがとうございます。毎日給食を楽しみにしています。給食大好きです。(2年)
- いつもおいしい給食を朝早くから作ってくれてありがとうございます。これからもがんばって作ってください。(3年)
- いつも朝早くからおいしい給食を作ってくれてありがとうございます。わたしは特にカレーやわかめご飯、ココア揚げパンが好きです。いつも感謝の気持ちを込めていただきたいです。(4年)
- いつも栄養いっぱいの給食ありがとうございます。作ってくれてのおかげで元気いっぱいの体になりました。これからも栄養いっぱいの給食を作ってください。(5年)
- いつもおいしい給食を作ってください。おかげで舞鶴市の特産品の食べ物のおいさが分かりました。これからもおいしい給食を作ってください。(6年)
- 毎日おいしい給食を作っていたいただきありがとうございます。1年生の時に苦手な食べ物が6年間を通して食べれるようになりました。ありがとうございます。(6年)

食べることはとっても大事! 体も心も元気にします。自分の健康を考えて、食べることを大切にしましょう!

