

令和2年度 3月 はいぜんたべかたひょう 北部A・小学校

羽島市学校給食センター

<p>1日(月) コーヒーぎゅうにゅうのもと カラフルソテー ペにいもコロッケ くろパン ポトフ</p>	<p>2日(火) にくじゃが あつやきたまご しろごはん みそしる</p>	<p>3日(水) ひなあられ ちくぜんに さわらのさいきょうやき むぎごはん すましる</p>	<p>4日(木) ごまお ひじきのもの ★とりにくのからあげ せきはん かきたまじる</p>	<p>5日(金) ◆おいわいゼリー ドレッシング はるさめ あげパン いっしょくようラーメン しょうゆラーメンスープ</p>
<p>紅芋の紫色にはポリフェノール の一種のアントシアニンが多く含 まれ、高い抗酸化作用がありま す。</p>	<p>肉じゃがはおふくろの味とも 言われ大人から子供まで人気の料 理です。ごはんに合うおかずなの でしっかり食べましょう。</p>	<p>ひな祭り献立です。ひな祭 り、桃の節句とも言われ女の子 の健やかな成長をお祝いする日 本の年中行事のひとつです。</p>	<p>中学校と榮原学園の卒業お祝 い献立です。日本ではお祝いに 欠かせない赤飯をとり入れまし た。</p>	<p>卒業生の希望料理を組み合わ せた献立です。みんなの大好き な料理ばかりです。しっかり味わ いましょう。</p>
<p>8日(月) キャベツのソテー ハンバーグ コッパン クリームシチュー</p>	<p>9日(火) あおなのだいずあえ いわしのうめ しろごはん じゃがだんごじる</p>	<p>10日(水) ◆ヨーグルト ドレッシング だいこんサラダ とりだんごとレバー のケチャップソース ピラフ</p>	<p>11日(木) まーぼー豆腐 ★やきギョーザ むぎごはん わかめスープ</p>	<p>12日(金) フルーツあえ ウインナー こがたパン やきそば</p>
<p>クリームシチューは、小麦粉と バターを丁寧に炒めたホワイトル ウを使って、よく煮込んで作っ ています。</p>	<p>北海道の特産品であるじゃが 団子をみそ汁にとり入れました。 じゃが団子のモチモチとした食感 を楽しみましょう。</p>	<p>ピラフは、炒めた米を様々な具 と一緒に炊いた料理で、インドか じゃが団子のモチモチとした食感 を楽しみましょう。</p>	<p>麻婆豆腐は中華料理の一つで 四川が発祥の料理です。ひき肉 と豆板醤、豆腐を入れて煮て作り ます。</p>	<p>今年度最後の焼きそば献立で す。給食の焼きそばは、モチモチ しているのが特徴です。小型パン もしっかり食べましょう。</p>
<p>15日(月) ドレッシング やさいサラダ ポーク ビーンズ こめこパン コンソメスープ</p>	<p>16日(火) なのはなふう あえもの しのだに しろごはん ぶたじる</p>	<p>17日(水) ◆でこぼん ドレッシング おんや さい エビチリ ソース むぎごはん はるさめスープ</p>	<p>18日(木) ほうれんそうの ソテー れんこん チップス むぎごはん カレー</p>	<p>19日(金) ひきずり ★ちくわの いそべあげ いっしょくようどん いなりうどんのしる</p>
<p>ポークビーンズに使われている レンズ豆は、その形からカメラや 眼鏡などの「レンズ」の語源に なった豆です。</p>	<p>日本型食事の見本となる献立 です。ごはんとおかずを交互に食 べて完食を目指しましょう。</p>	<p>でこぼんは「清見タンゴール」と 「ボンカン」を掛け合わせて作ら れ、甘みが強く果汁が多く含ま れているのが特徴です。</p>	<p>今年度最後のカレー献立です。 ほうれん草のソテーとれんこん チップスを組み合わせました。よ く噛んで食べましょう。</p>	<p>食育の日の献立です。3月は愛 知県の郷土料理である鶏肉を 使ったすき焼きの「ひきずり」を紹 介します。</p>
<p>22日(月) やさいのソテー オムレツ コッパン ミネストローネ</p>	<p>23日(火) きりぼしだいこんと ツナののために さばのこみやき しろごはん みだくさんみそしる</p>	<p>24日(水) ◆おいわいデザート きんぴら ごぼう エビカツ ちらしずし</p>	<p>25日(水) 卒業式</p>	<p>26日(金) 修了式</p>
<p>ミネストローネは、イタリアの家 庭料理です。ベーコンや季節の 野菜、トマトが使われ、仕上げに マカロニが入るスープです。</p>	<p>切りぼしだいこんは、大根を細切りにし、 乾燥させることで、甘みや食物繊 維、カルシウム等の栄養が増す 健康食品です。</p>	<p>小学校の卒業をお祝いする献 立です。給食センターで作る「ち らし寿司」をとり入れました。</p>	<p>卒業おめでとう 6年間の給食についてふりかえっ てみましょう。</p>	<p>修了式</p>

◆ゴミは業者が回収します。

★数ものについて

4日(木) 鶏肉のから揚げ
幼小:2個、中高:3個

11日(木) 焼きギョーザ
幼小:1個、中・高:2個

19日(金) 竹輪の磯辺揚げ
幼~小4年まで:1本
小5年~中・高:2本



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。