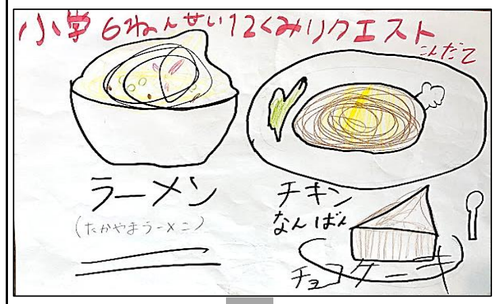
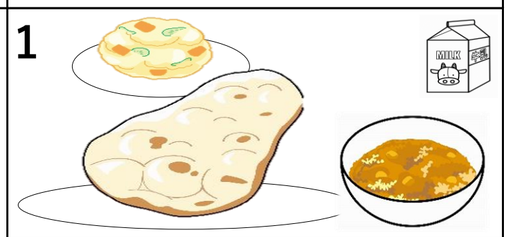
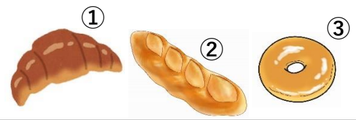
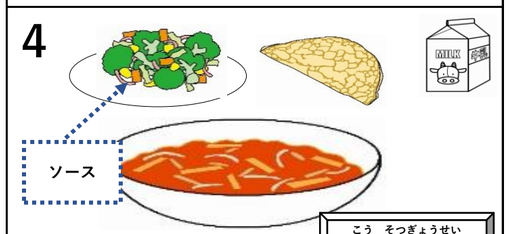
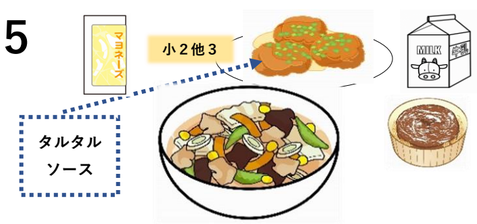
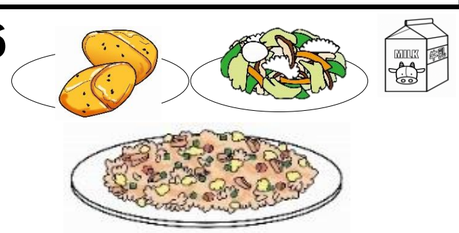
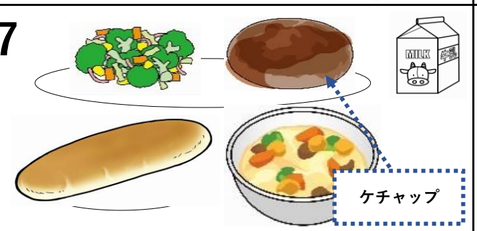
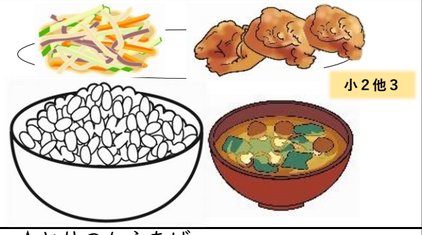
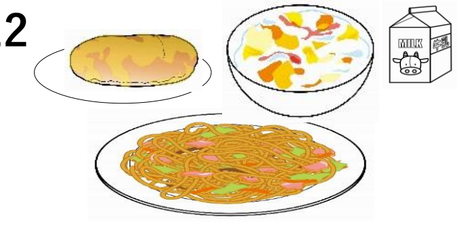
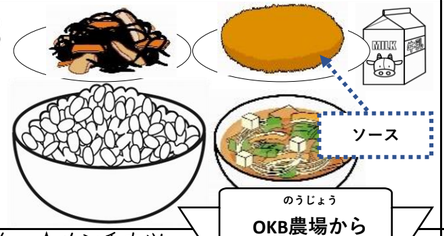
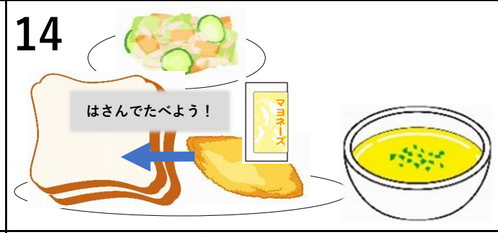
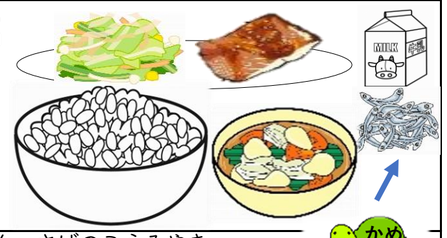
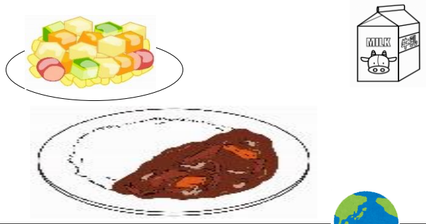
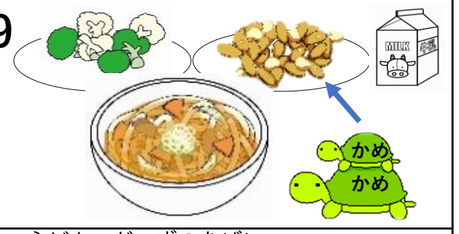
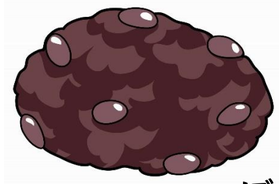
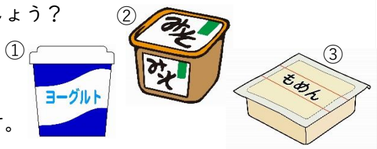
３　が　つ　　き　ゅ　う　し　ょ　く　だ　よ　り

令和５年度　３月　　＊予定食数　１４食　　大垣特別支援学校

月	火	水	木	金
マークの説明 かめかめメニュー　よくかもう！ おばあちゃん給食　伝統・郷土料理 ぎふっこ給食　岐阜県産使用 世界ぼうけん給食　世界の料理	小学部１学級６年生　リクエスト！  	**絵こんだて** 小〇他〇　：小学部の個数とその他の個数です。 〇〇〇〇　：配膳時のトッピングの説明です。 **料理名** **食育メモ** おうちの人と読んでみよう	★ がついている メニューは 小・中学部卒業生 からの リクエストです！	1  ★キーマカレー＆ナン ★ポテトサラダ 「ナン」【クイズ】「ナン」のように世界にはいろんなパンがあります。次の中で「バケット」はどれでしょう？  答えは②です。
4  ボロネーゼどん バーニャカウダ ★クレープ 高Ⅲ卒業生リクエスト 高等部Ⅲ３年生は、授業をとおして、牛乳につかうストローを使わないSGDｓの取組を校内に広げました。【クイズ】SDGｓは世界中の人々が安心安全に暮らしていけるように、みんなでがんばる目標です。この目標は何個あるでしょう？①１０②１７③２０　答えは②	5  とんこつうどん　★チキンなんばん ★チョコケーキ 小学部６年生リクエスト給食！絵でリクエストを出してくれました。ラーメンは、３月は実施することがきませんでしたが、うどんでラーメンの雰囲気がでるような献立にしてみました。	6  ★ごもくチャーハン　★はっぽうさい ★だいがくいも 「大学いも」は、さつまいもの料理です。【クイズ】さつまいもは、他のいもに比べて「食物せんい」という栄養がたくさん入っています。これはどんな栄養でしょう？①便の出を良くする②筋肉のもとになる③骨を強くする　答えは①です。	7  くろコッペパン　★ハンバーグ ★ブロッコリーサラダ　★クリームシチュー 「ハンバーグ」毎年リクエスト給食に登場する人気メニューです。ハンバーグヘルパーなどを使えば、親子で簡単に作れる料理です。一緒にいろんな形のハンバーグを作って食べてみましょう。	8 ごはん　★さけのしおやき ★ほうれんそうのおひたし　★とんじる ★プリン 「プリン」毎年リクエスト給食に必ず登場します。【クイズ】プリンは、牛乳、さとう、あともう一つ使って作ります。それは何でしょう？①じゃがいも②とうふ　③たまご　答えは③です。
11  ごはん　★とりのからあげ バンサンスー　★わかめスープ 「わかめスープ」わかめは海に生えている海藻で、たくさんとれるのは春です。【クイズ】海に生えているわかめはどのくらいの大きさでしょう？①本くらい②教室の机くらい③教室のホワイトボードくらい　答えは③です。とても大きいです。	12  ★しおやきそば　★きなこあげパン ★フルーツポンチ 「フルーツポンチ」甘い汁の中に果物を入れて食べます。【クイズ】昔は、フルーツポンチにはあるものが入っていたため、大人のデザートだったそうです。何が入っていたのでしょう？①とうがらし　②お酒　③コーヒー　答えは②です。	13  OKB農場からいただきました！ ごはん　★メンチカツ ★ひじきのにもの じゃがいものみそしる 「ごはん」今日のごはんには、中学部Ⅰ年生がOKB農場と一緒に作ったもち米が入っています。【クイズ】もち米はふつうの米にくらべてどんなところがちがうでしょう？①もちもちする　②ねばねばする　③しゃきしゃきする　答えは①です。	14  ★フィッシュバーガー ★ツナサラダ　★コーンポタージュスープ 「フィッシュバーガー」小学部Ⅱ学級６年生がリクエストしてくれた新メニューです。食パンに白身魚をはさんでタルタルソースをかけて食べてみましょう。いつもよりも時間をかけて手を洗いましょう。	15  ごはん　さばのこうみやき キャベツのなめたけあえ すいとんのみそしる　パリッシュ 「パリッシュ」偏食のある人は、カリカリしているものだと食べやすいことがあります。挑戦してみてください。かむのが苦手な人は、固いのでよくかんで食べるようにしましょう。

月	火	水	木	金
18  ビーフストロガノフ オリヴィエサラダ ロシア	**19**  カレーうどん　だいずのあげに こんぶあえ	**20**  ぼたもち しゅんぶんの日	**21** ハントンライス　クラムチャウダー	**3月　食育目標** **1年間の食生活を** **ふりかえろう**
世界ぼうけん給食！ロシアの料理です。【クイズ】ロシアは世界一広い国ですが、次の中でまちがっているものはどれでしょう？①人の数が世界一多い　②世界一深い湖がある　③世界一長い鉄道がある　答えは①、世界一人が多いのはインドです。	「だいずのあげ煮」【クイズ】大豆の仲間ではないものはどれでしょう？  答えは①です。		「ハントンライス」ケチャップライスの上に卵と白身魚のフライをのせ、タルタルソースをかけて食べます。エビフライやトンカツがつくこともあります！ いしかわ	☆牛乳は毎日つきます。 ☆献立は材料入荷の都合により変わることがあります。 ☆学校給食に使われる岐阜県産農産物の購入に対して、「学校給食地産地消推進事業」による助成がなされています。本事業は、学校給食において岐阜県産農産物を積極的に活用することを通じて少年期からの食農教育を推進することを目的としています。

＊小学部Ⅰ学級６年生は、表面の５日の献立の上に掲載しています。

小・中学部卒業生

給　食　リ　ク　エ　ス　ト

卒業が近づいた小・中学部卒業生に、給食で食べたいメニューを教えてもらいました。
献立の前に★がついているものが、リクエストメニューです。

小学部Ⅱ学級６年生

	１位		
主　食	さけごはん	ナン	フィレオフィッシュバーガー
主　菜	さけの塩焼き	ハンバーグ	八宝菜
副　菜	大学いも	ブロッコリーのサラダ	ひじきの煮物
汁　物	クリームシチュー	じゃがいものみそ汁	わかめスープ
デザート	水まんじゅう	パンナコッタ	アセロラミルク

小学部Ⅲ学級６年生

	１位	２位	３位
主　食	白ごはん	やきそば（塩）	ナン
主　菜	からあげ	きなこ揚げパン	
副　菜	ポテトサラダ		サラダ
汁　物	みそしる		キーマカレー
デザート	みかん	フルーツポンチ	セレクトデザート

中学部Ⅰ学級３年生

	１位	２位	３位
主　食	ラーメン	チャーハン　白ごはん　コッペパン	
主　菜	からあげ	ハンバーグ	白身魚
副　菜	ひじき	ツナサラダ　ほうれんそうのおひたし	
汁　物	コーンポタージュスープ	みそしる	豚汁
デザート	ケーキ	ゼリー	プリン

中学部Ⅱ学級３年生

	１位	２位	３位
主　食	カレーライス	ちらし寿司	五目チャーハン
主　菜	ハンバーグシチュー	メンチカツ	グラタン
副　菜	ごぼうのドレッシングサラダ	海そうサラダ	グリーンサラダ
汁　物	とうふチゲ	なめこ汁	コーンスープ
デザート	クレープ	プリン	ゼリー

１年間の食生活をふりかえって

食生活アンケートにご協力いただきありがとうございました。
アンケートと校内調査の結果を、前期結果（７月）と比較しました。

できるようになったこと

食器に食べ残しがない状態まで食べることができる…２％↑　（５３％→５５％）

小学部１４％、中学部８％上昇しました。
毎日の食事の時に、声かけを続けることで「おさらピカピカ」にできるようになります。

料理・食品の名前が解る…４％↑　（４２％→４６％）

小学部７％、中学部３％、高等部１％上昇しました。
家庭でも、毎日の食事の時に、料理名や食品名を伝えていただくと、知識はどんどん増えてきます。

どんどんよくなってきてること

排便を毎日している人…全体で５５％

小学部５１％、中学部５５％、高等部６０％です。
毎年の調査を見ても、年々毎日排便できる人が増えてきています。
ポイントは、**毎日運動をすること、決まった時刻にトイレに行ってみること**です。

「食育メモ、イラストが解りやすい」「イラストに色を塗っています。」「品数を多くしてほしい」「たよりが２枚があると管理が大変」「もう少し大きい字にしてほしい」など、貴重なご意見いただき、ありがとうございました。今後の給食運営に活かしていきます！！