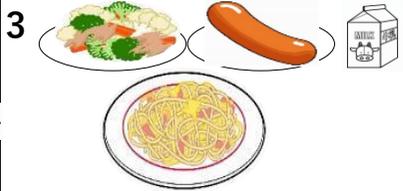
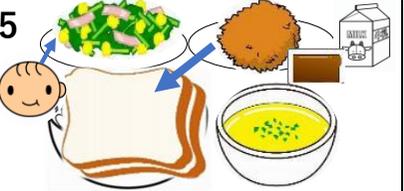
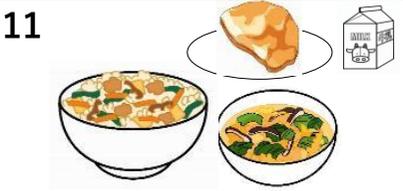


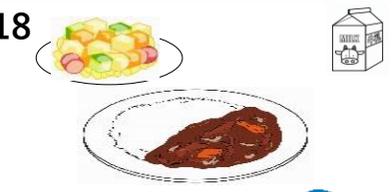
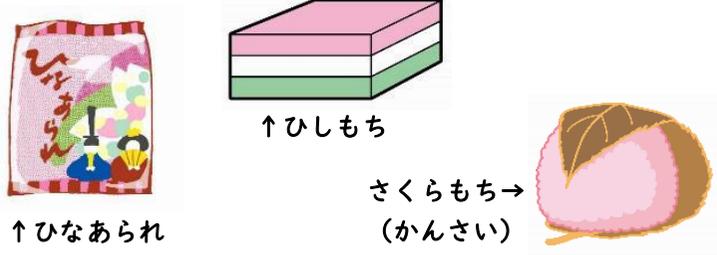
3 が つ き ゆ う し ゚ く だ よ り

令和8年3月

*予定食数 13食

今月は小学部6年生・中学部3年生のリクエストメニュー(★)いっぱいのご給食です!

月	火	水	木	金
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 20%;">  </div> <div style="width: 20%; border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>がつ しゅく むくひょう 3月 食育目標</p> <p>ねんかん しゅくせいかつ 1年間の食生活を ふりかえろう!</p> </div> <div style="width: 20%;">  <p style="text-align: center;">ホームページに こんだてがのってます!</p> </div> <div style="width: 20%; border: 1px dashed gray; padding: 5px;"> <p>マークの説明</p> <p> かむかむメニュー よくかもう!</p> <p> おばあちゃん給食 でんとう きょうどりより料理 伝統・郷土料理</p> <p> ぎふっこ給食 ぎふけんさんしゅう 岐阜県産使用</p> <p> リクエスト給食 そつぎょうせい 卒業生からの リクエスト</p> <p> 世界ぼうけん給食 せかい りょうり 世界の料理</p> </div> </div>				
<p>絵こんだて</p> <p>小〇他〇 : 小学部の個数とその他の個数です。</p> <p>oooo : 配膳時のトッピングの説明です。</p>				
<p>料理名</p>				
<p>食育メモ</p> <p>おうちのひとと読んでみよう</p>				
<p>2</p>  <p>ごはん ★さけのしおやき ★きりぼしだいごんののもの ★とんじる ★セレクトデザート</p> <p>エクレアかクレープどちらかえらぼう!</p>	<p>3</p>  <p>★ソフトめんクリームソース ★ウインナー ★トマトサラダ</p>	<p>4</p>  <p>★ちらしずし ★きゅうりとわかめのあえもの にくだんごじる ★プリン</p>	<p>5</p>  <p>★セルフメンチカツサンド こまつなのソテー ★コーンスープ</p>	<p>6</p>  <p>ごはん ★とりのからあげ キャベツのかおりあえ ★けんちんじる</p>
<p>【さけクイズ】今日の「さけのしおやき」に使われるさけは、どんな魚でしょう?①川と海を行ったり来たりする魚 ②いつも川にいる魚 ③空をとぶ魚 正解は…①! さけは川で生まれ、海へ行き、また川に帰ってきます。</p>	<p>【ソフトめんクリームソースクイズ】クリームソースには、「クリームソース」の材料はどれでしょう?①まめ ②牛にゅう ③とうふ、正解は…②! 牛にゅうは、骨や体を強くする「カルシウム」という栄養が入っています。</p>	<p>【ちらしずしクイズ】ちらしずしなどのすしのごはんには、すっぱい味の調味料が入っています。なんという調味料でしょう?①しお ②マヨネーズ ③す 正解は…③! すのすっぱさは、つかれをとったり、食べものをおいしくしてくれます。</p>	<p>【セルフメンチカツクイズ】メンチカツは何からできるでしょう?①ひき肉(小さい肉) ②じゃがいも ③大きい肉 正解は…①! メンチカツはひき肉をまるめてあげた料理です。大きい肉を使うとトンカツになります。</p>	<p>【キャベツのかおりあえクイズ】この時期になると「春キャベツ」という、ふつうのキャベツと少しがうキャベツがお店で売っています。どんなキャベツでしょう?①かたい ②やわらかい ③おもい 正解は…②! ふんわりみずみずしいのが特徴です。</p>
<p>9</p>  <p>ごはん ★むてきのスーパースター ★こんぶあえ ★ファイヤースープ</p>	<p>10</p>  <p>★やきそば ★パンサンスー ★ココアパン</p>	<p>11</p>  <p>★ちゅうかおこわ ★やきにく ★たまごちゅうかスープ</p>	<p>12</p>  <p>ごはん ★ししゃも ★きりぼしだいごんのサラダ ★みえのおおさのみそしる ★おはぎ</p>	<p>13</p>  <p>ごはん しおとりじゃが だいでのみそサラダ なばなのみそしる</p>
<p>【こんぶあえクイズ】こんぶあえに使われている海そう「こんぶ」の仲間ではないものはどれでしょう?①わかめ ②ひじき ③かぶ 正解は…③! かぶは畑で育つ野菜で、海そうの仲間ではありません。</p>	<p>【ココアパンクイズ】ココアパンは、あげたパンにココアをまぶして作ります。ココアのもともになっているのはどれでしょう。①カカオ ②コーヒー ③ごま 正解は…①! カカオの実から作られたのがココアです。</p>	<p>【ちゅうかおこわクイズ】ちゅうかおこわは、もちもちしたごはんが入っています。もちもちのひみつになっているのはどれでしょう。①もち米 ②だんご ③とうふ、正解は…①! もち米を入れるともちもちごはんになります。</p>	<p>【みえのおおさのみそしるクイズ】「おおさ」は、どこで育つでしょう。①川 ②海 ③畑 正解は…②! あおさは海の中で育つ海そうの仲間、みそしるに入ると香りがよくなり、海の風味が広がります。</p>	<p>【なばなのみそしるクイズ】「なばな」は、どこを食べる野菜でしょう?①たね ②根っこ ③花のつぼみと葉 正解は…③! なばなは花が咲く前のつぼみや若い葉を食べる春の野菜で、やわらかくて香りがよいのが特徴です。</p>

月	火	水	木	金
16 	17 	18 	3月3日 ひなまつり 	
ごはん あつあげのにもん ごもくひじき さつまじる	みそラーメン ちくわのいそべあげ フルーツミックス	ビーフストロガノフ オリヴィエサラダ 		
【あつあげのにもんのクイズ】 あつあげは、どんな食べ物から作られているでしょう。①とうふ ②にく ③さかな 正解は…①! とうふを油であげたものがあつあげて、にもんにすると味がよくなります。	【ちくわのいそべあげクイズ】 ちくわのいそべあげには、どんな香りがついているでしょう。①ごま ②のり ③チーズ 正解は…②! のりの香りがふわっとして、海を感じさせるおいしいあげものです。	【ロシアのデザートクイズ】 ロシアで人気のデザート「マロージナエ」は、どんな食べ物でしょう。①クッキー ②チョコレート ③アイスクリーム 正解は…③! ロシアでは寒い日でもアイスをよく食べます。ミルクの味がこくておいしいのが特徴です。		

しょう ちゅうがくぶそつぎょうせい
小・中学部卒業生

給食リクエスト

しょうがくぶそつぎょうせい しょうがくぶ
小中学部卒業生に、給食で食べたいメニューを教えてくださいました。
3月は卒業生のリクエストがいっぱい詰まった給食です。

小学部 | 学級6年生

	主食	主菜	副菜	汁物	デザート
1位	あげパン	からあげ	ゆかりあえ	とんじる	おはぎ
2位	チャーハン	ししゃも ウインナー	こんぶあえ きゅうり きりぼしだいこん にもん 切干大根の煮物	トマトスープ みそじる かぼちゃスープ	チョコクレープ
3位		さけの塩焼き		さつま汁	プリン みかんゼリー

小学部 II 学級6年生

	主食	主菜	副菜	汁物	デザート
1位	メンチカツ サンド	マリオの 星形ハンバーグ	きゅうりとわかめ のあえもの	ファイヤー スープ	チョコレート
2位	白米	さけの ホイル焼き	きりぼしだいこん 切干大根の サラダ	けんちん汁	なめらかプリン
3位	ピラフ	さけの塩焼き	バンサンスー	みえ 三重のあおさ入り みそ汁	いもけんぴ

中学部 | 学級3年生

	主食	主菜	副菜	汁物	デザート
1位	おし	チーズ ハンバーグ	いも サラダうどん	たまご中華スープ とんじる	プリン・いちご ショートケーキ
2位	しょうゆラーメン	やきにく 焼肉	とんこつサラダ トマトサラダ	コーンスープ	モンブラン ティラミス
3位	イタリアうどん	ていやきバーガー からあげ ハンバーグ			

中学部 | 学級6組

ハンバーグ・ソフトクリームソース・しょうゆラーメン

中学部 II 学級3年生

ココアパン、野菜チップス、みそ汁(とうふ・わかめ・ねぎ)、中華おこわ、ナン、焼きたばこ、クロワッサン、フリガティロ、エクレア、チョコケーキ、チョコプリン
--