

日	主食	牛乳	おかず	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質 食塩相当量
19 木	スパゲティ ナポリタン		じゃがいもの ハニーサラダ♪ がまくんのクッキー♪	牛乳, 豚肉, 粉チーズ, 卵	スパゲッティ, 油, じゃがいも, はちみつ, 小麦粉, 白いりごま, マーガリン, 上白糖, コーンフレーク, チョコチップ	にんにく, しょうが, にんじん, 玉ねぎ, マッシュルーム, ピーマン, キャベツ, 小松菜	613 kcal 21.0 g 2.0 g
23 月	ハヤシライス♪		ドレッシングサラダ セレクトデザート	牛乳, 豚肉, りんごシャーベット, みかんシャーベット, バニラアイスクリーム	七分つき米, 油, 小麦粉, マーガリン, きび糖	にんにく, しょうが, セロリ, 玉ねぎ, にんじん, キャベツ, マッシュルーム, 小松菜	786 kcal 21.8 g 2.1 g

※献立は、材料の都合などにより、変更することがありますので、ご了承ください。
♪マークは、6年生からの「卒業するまでにもう一度食べたいメニュー」です。

3月 おいしいな通信

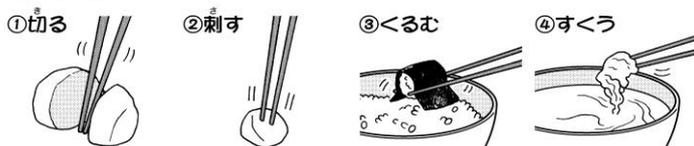
今年度の給食も残り15回となりました。3月の献立は、楽しい思い出を作れるよう、人気メニューをたくさん入れました。
また、6年生は、クラスで卒業をお祝いする、お楽しみ給食を9日(6年2組)、10日(6年1組)、11日(6年3組)12日(若草学級6年生)に予定しています。
そして、最終日は、セレクトデザート給食です。事前に、バニラアイスクリーム、りんごシャーベット、みかんシャーベットのうち、1つを選びました。

1年間の給食をふり返ろう

みなさんは学校給食を通して、給食の準備から片づけまでや手洗い、食器の並べ方、食事マナーのほか、食品に含まれる栄養素や献立の栄養バランス、食文化などのさまざまなことを学んできました。下の表を確認しながら、できたことをチェックして、1年をふり返ってみましょう。

<input type="checkbox"/> 空気の入れかえなどをして、食事環境をととのえられた	<input type="checkbox"/> 身支度や手洗いなどの食事前の準備が清潔にできた
<input type="checkbox"/> 重いものや熱いものに気をつけて、安全に運ぶことができた	<input type="checkbox"/> 献立にふさわしい衛生的な盛りつけや、食器の並べ方ができた
<input type="checkbox"/> いただきます、ごちそうさまの食事のあいさつができた	<input type="checkbox"/> はしの持ち方や食べ方などの食事マナーを身につけられた
<input type="checkbox"/> 栄養バランスのよい献立について、学ぶことができた	<input type="checkbox"/> 郷土食や行事食などの食文化について、知ることができた
<input type="checkbox"/> 環境や資源に配慮し、分別をして、片づけができた	<input type="checkbox"/> みんなで協力して手順よく片づけをすることができた

クイズ やってはいけない「はしづがい」はどれ？



はしを料理に突き刺して食べるのは、マナー違反になります。ほかは、どれも正しい使い方です。

今月の小平野菜

大根 にんじん キャベツ なばな
長ねぎ 小松菜 ほうれんそう
うど のらぼうな さつまいも
白菜キムチ



郷土料理献立

5年生が総合の授業で、日本の郷土料理について学習をしました。
「興味を持った料理」を発表後、投票しました。
上位の料理の中から、3つの料理を給食で食べます。

13日 山梨県「ほうとうめん」
17日 北海道「いもち」「石狩汁」

おいしいなつうしんに書いてくれた メッセージを紹介します！

- ・うどんと天ぷらの日は、とても楽しみでした。
- ・ピザトーストが人気でした。
- ・さつまいもチップスが、パリパリでおいしかったです。
- ・みそラーメンが大好きです。
- ・体に良い料理を作ってくれて、ありがとうございます。
- ・おいしいなつうしんのクイズを楽しみにしています。
- ・いつもおいしい給食をありがとうございます。

たくさんのメッセージをありがとうございました！

保護者の皆様へ

保護者の皆様、今年度も給食運営へのご理解とご協力をありがとうございました。
引き続き、安心・安全な給食を提供できるよう、努めて参りますので、よろしくお願いいたします。