



# 3月 給食献立表



令和2年度 ★印は給食ポスのリクエスト、☆は6年生のリクエストメニューです

港区立赤坂小学校

1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)				
★☆けんちんうどん 切干大根のサラダ ★☆フルーツポンチ 牛乳	こぎつねご飯 銀ダラの包み焼き お浸し わかめとじゃが芋の味噌汁 牛乳	ちらし寿司 きんぴらごぼう 紅白あられのすまし汁 いちご大福 <b>ひな祭り</b> ★ジョア(プレーン味)	鮭とわかめのピラフ ★チーズ入りオムレツ クラムチャウダー 牛乳	★☆2色揚げパン (ココア&シュガー) コーンとインゲン豆のスープ トマトサラダ 牛乳				
1年生から「キウイ・いちご・さくらんぼ入りのフルーツポンチ」のリクエストがありました。キウイは港区の決まりで出せないのですが、それ以外のフルーツをたくさん入れました。お楽しみに。	銀ダラは校長先生の大好きな魚の1つです。今日はホイルで蒸し焼きにして、梅の形の人参を飾り、春らしく仕上げます。	今日はひな祭りに合わせて行事食のちらし寿司です。PTAからはいちご大福のプレゼントがあります。よく味わって食べてください。	オムレツは角切りにしたチーズとじゃが芋入りです。クラスでクチャップをかけていただきます。	今日は大人気の揚げパンです。ココアと砂糖の2種類を作ります。レシピが欲しい人は2階配膳室横に取りに来てください。				
8(月)	9(火)	10(水)	11(木)	12(金)				
開化丼 ごまだれ汁 ★果物(いちご) 牛乳	★ハヤシライス 人参ドレッシングサラダ ★果物(りんご) 牛乳	★鶏ときのこの クリームスパゲティ ☆クルトンサラダ ☆みかんゼリー 牛乳	★わかめご飯 ★☆ジャンボ揚げ餃子 ナムル 五目スープ 牛乳 <b>ラッキーアイテム</b>	ご飯 金華鯖の味噌煮 梅肉和え かき玉汁 牛乳				
今日の果物は栃木県でとれた「とちおとめ」という種類のいちごです。いちごは冬から春にかけて旬になります。旬の味覚をいただきます。	今日のりんごは青森県から寄付されたものです。毎年港区の子供たちにおいしいりんごを届けてくださっています。	今日はリクエストを集めたメニューです。他にもリクエストしたいものがある人は、ぜひ給食ポスに手紙を入れてください。	今月のラッキーアイテムは五目スープの中に入っています。星形とハート型の人参を探してみてください。	金華鯖は「幻の鯖」と呼ばれるほど貴重な魚で、宮城県にある金華山沖でとれるため、金華鯖という名前が付けました。				
15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金) 食育の日				
★中華丼 さつま芋とブロッコリーのサラダ 果物(清見オレンジ) 牛乳	ご飯 鯖の西京焼き カブとキュウリの即席漬け うったち汁 牛乳	国産小麦のソフトフランスパン ★☆マカロニグラタン あさりのトマトスープ ★果物(いちご) 牛乳	じゃごご飯 ★どて煮 豆腐とわかめのすまし汁 ★☆みたらし団子 牛乳	ご飯 さんが焼き 野菜と油揚げの煮浸し じゃが芋の味噌汁 牛乳 <b>千葉県郷土料理</b>				
今日の果物は愛媛県でとれた旬の清見オレンジです。ビタミンCがたっぷり入っているので、風邪をひきにくい体してくれます。	「うったち」とは佐賀の方言で「旅立ち」という意味です。まもなく卒業を迎える6年生にぴったりのメニューです。	今日の果物は静岡県でとれた「紅ほっぺ」という種類のいちごです。きれいな紅色で、ほっぺが落ちるほどおいしいことから、「紅ほっぺ」という名前が付けました。	みたらし団子は家でも簡単に作ることができるので、ぜひレシピを持ち帰って作ってみてください。レシピは2階配膳室横にあります。	さんが焼きは千葉県の郷土料理で、魚のすり身と味噌を合わせて作った魚のハンバーグのようなメニューです。				
22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)				
豚肉ときのこのスープスパゲティ チーズとブロッコリーのサラダ ★☆チョコチップケーキ 牛乳 <b>誕生日給食</b>	赤飯 ★☆名古屋風鶏唐揚げ 磯和え 桜かまぼこのすまし汁 牛乳 <b>卒業祝い給食</b>	<b>卒業式</b> 			<b>修了式</b> 		<b>春休み</b> 	
今月の誕生日給食はチョコチップケーキです。3月生まれの皆さん、お誕生日おめでとうございます。	明日の卒業式に合わせて、今日は6年生の卒業祝いメニューです。6年生の皆さん、ご卒業おめでとうございます。							



## マナー違反に要注意!

次のようなことをしている人はいませんか? 自分やまわりの人とチェックしてみましょう。



食事マナーは、自分がスムーズに食事をするため、また、他の人に嫌な思いをさせないために守る決まりのことです。今は給食の時間におしゃべりすることはありませんが、家でも食事の会話の仕方や正しい姿勢などに気をつけましょう。



口に食べ物が入ったままおしゃべりする



がちゃがちゃと食器の音を立てる



ひじをついて食べる



食事中に席を立つ



食事中にふさわしくない話をする

☆ 3月給食目標 ☆ 「マナーを守って楽しく食べよう」