

3月給食たより

新温泉町学校給食センター TEL 0796-82-1397

1年間のまとめをしよう！

今年度もあとひと月となりました。1年間の学校生活はどうでしたか？給食や食生活についてもふり返ってみましょう。

<p>朝ごはんを毎日食べていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>食事の前に手をきれいに洗っていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>
<p>よくかんで食べていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>食事のマナーを守れていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>正しいおはしの持ち方、食器の置き方を知っていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>
<p>おやつは時間と量を決めて食べていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>好き嫌いをく何でも食べていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>	<p>家族や友達と一緒に楽しく食べていますか？</p> <p>はい ・ いいえ</p>

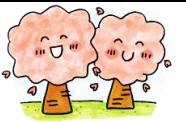
<p>「はい」が7~9個</p> <p>すばらしい！</p> <p>新たな学年でも、その調子で過ごせるといいですね。</p>	<p>「はい」が4~6個</p> <p>あと一歩！</p> <p>できなかったことを意識して、取り組んでみましょう。</p>	<p>「はい」が1~3個</p> <p>がんばって！</p> <p>ほかにできることはないか、考えて挑戦してみましょう。</p>	<p>「はい」が0個</p> <p>残念…</p> <p>まずはできそうなことから、がんばってみましょう。</p>
---	---	---	--

月	火	水	木	金
<p>3/3 ひなまつり</p> <p>3月3日は「桃の節句」や「上巳の節句」と呼ばれ、ひな人形や桃の花を飾り、女の子の健やかな成長と幸せを願う日です。もともとは平安時代に貴族の間で行われていた「雛遊び」と、中国から伝わった「上巳のおはらい（紙の人形に災いを移して身代わりに川に流す行事）」が結びついたものです。1日の給食には、ひなまつりの行事食として「ちらしずし」や、春が旬の菜の花を使った献立が登場します。</p>	<p>1 牛乳</p> <p>ちらし寿司</p> <p>サワラの西京焼き</p> <p>菜の花のおひたし</p> <p>麩のすまし汁</p> <p>【ひなまつり献立】</p>			
<p>4 牛乳</p> <p>ミートスパゲティ</p> <p>イカリングフライ</p> <p>ポテトサラダ</p> <p>焼きプリン</p> <p>【温小 希望献立】</p>	<p>5 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>焼きカレー</p> <p>ほうれん草の白和え</p> <p>きんちゃんおかず</p>	<p>6 牛乳</p> <p>赤飯 いなか汁</p> <p>鶏のレモン漬</p> <p>小松菜と竹輪の和え物</p> <p>お祝いクレープ(中3)</p> <p>【中学卒業お祝いメニュー】</p>	<p>7 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>豚肉とキャベツのみそ炒め</p> <p>大根ともやしの中華和え</p> <p>春雨スープ</p>	<p>8 牛乳</p> <p>ごはん 野菜サラダ</p> <p>ホキのチリソース</p> <p>かきたまスープ</p> <p>浜坂地域</p> <p>【小学校卒業お祝い給食】</p>
<p>11 牛乳</p> <p>ナン</p> <p>キーマカレー</p> <p>三尾産わかめのサラダ</p> <p>デコポン</p>	<p>12 牛乳</p> <p>ごはん マカロニサラダ</p> <p>鶏肉の香草焼き</p> <p>ジュリエンヌスープ</p> <p>温泉地域</p> <p>【小学校卒業お祝い給食】</p>	<p>13 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>サバのしょうが煮</p> <p>湯葉サラダ</p> <p>ちゃんこ汁</p>	<p>14 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>和風チキン</p> <p>青菜のくるみ和え</p> <p>豆腐のみそ汁</p>	<p>15 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>鮭のみそマヨ焼き</p> <p>ビーンズサラダ</p> <p>アルファベットスープ</p>
<p>18 牛乳</p> <p>三尾産わかめうどん</p> <p>浜坂竹輪のいそべ揚げ</p> <p>れんこんの和え物</p> <p>【カミカミメニュー】</p>	<p>19 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>イワシのパン粉焼き</p> <p>マリネサラダ</p> <p>カレースープ</p>	<p>20 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>手作りメンチカツ</p> <p>青菜のごま和え</p> <p>油揚げのみそ汁</p>	<p>21 牛乳</p> <p>春分の日</p> <p>イチゴ</p>	<p>22 牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>干草焼き</p> <p>切干大根の和え物</p> <p>根菜汁</p>

＊ご卒業おめでとうございます＊



中学校3年生のみなさんは、9年間の学校給食からも卒業ですね。毎日を健康に過ごすためには、食生活が基本です。給食時間や授業で学んだことを活かし、「食べたもので身体がつくられていく」ことを忘れずに、これからもよりよい食生活を送ってほしいと思います。みなさんの今後の健康と活躍をお祈りしています。



※材料等の都合により献立を変更することがあります。