

R7.3月 湖南中給食



ひなまつり成長と幸せを願ってお祝

健康と成長と幸せを願ってお祝いをする日。ひなあられの3色は,白は雪,赤は桃の花,緑は新緑の意味がある。春は苦みのあるデトックス効果の食材が多い。冬に溜め込んだ脂肪等,体に不要なものを排泄してくれる。

脳の栄養(ごはんの炭水化物)と 脳の働きを良くするブレインフード アジ等のDHA、卵のコリン、大豆製品、にんじん・ニラ・ほうれんそう等の 緑黄色野菜、ビタミンCの多い野菜や 果物等、他にも沢山あります。日頃の 成果を発揮される様に<u>祈っています。</u>

受験応援!

3月の給食目標

〇 | 年間の給食活動の反



卒業おめでとうございます。

I・2・3年生もクラスの友達と 一緒に給食を食べるのもあと数 日ですね。味わって食べてくだ さいね。

給食の献立はこの季節に食べて ほしい旬の食材等で検討したり, 3月も引き続き,アンケートを参考 に献立を考えています。

希望献立のアンケート

3 (月) ひなまつり給食

4 (火) 脳活性化給食

5 (水) 3年生入試でお休み

6 (木)

7 (金) やまなしの食











【 **○** (月) セレクトジョア

【 (火) 卒業お祝い給食

12(水) 卒業式

13 (木)

| 4 (金)











17 (月)

|8(火) まごわやさしい給食

|9 (水)

20 (*) 春分の日

21(金)











24(月) 学年末対応給食



○Ⅰ年間の給食活動の反省をしよ

〇給食着・帽子・マスクを し、身じたくをきちんとでき た。



〇給食の前に石けんで 手を洗った。

〇準備や後片付け等に 協力することができた。



Oマナーを守って食事 ができた。

Oなるべく残さず食べる ことができた。





R7.3月 盛り付け表



ひなまつり	脳の栄養 (ごはんの炭水化物)と 脳の働きを良くするブレインフード	3月の給食目標	卒業おめでとうございます。	希望献立のアンケート
健康と成長と幸せを願ってお祝いをする日。ひなあられの3色は,白は雪,赤は桃の花,緑は新緑の意味がある。春は苦みのあるデトックス効果の食材が多い。冬に溜め込んだ脂肪等,体に不要なものを排泄してくれる。		OI年間の給食活動の反 省をしよう	1・2・3年生もクラスの友達と 一緒に給食を食べるのもあと数 日ですね。味わって食べてくだ さいね。	給食の献立はこの季節に食べて ほしい旬の食材等で検討したり、 3月も引き続き、アンケートを参考 に献立を考えています。
3 (月) ひなまつり給食	4 (火) 脳活性化給食	5 (水) 3年生入試でお休み	6 (木)	7 (金) やまなしの食
菜の花の ごま和え ひな あられ	切干大根の Ca・Feいっぱ ピリ辛いため いのアジ勝つ お米の タルト	れんこんの/ 手作りカップで きんぴら/ 玉子焼き	北海道産小麦 のいちごクレー プ	わかめのトマトの
ちらしずし 春のすましじる	麦ごはんかきたまじる	わかめごはん 小松菜ととうふ のみそしる	からあげ カレーうどん	きなこあげパン
┃ ┃ (月) セレクトジョア	┃ ┃ (火) 卒業お祝い給食	12(水) 卒業式	13 (木)	
ポリパリ サラダ セルフオムライス& デミグラスソース アミグラスソース	お祝いゼリー 大根とツナ サラダ カレーライス& 福神づけ クリスピーチキン	卒業	アジフライ& デュ ポン せんキャベツ まごはん とうふのみそしる	ビーフンの ヤンニョム 焼き●● 中華サラダ チキン 歩き●● 表ごはん みぞれじる
17 (月)	┃ 【 8 (火) まごわやさしい給食	19 (水)	20 (*) 春分の日	21(金)
春雨サラダ ぎょうざ ふわふわ玉子	ひじきの さわらの甘酢 五目煮 ソース 白菜とさつまい	チキンソテー オニオンソース ヴリーン サラダ サラダ ラビオリ入り	春分の日	切干大根の きびなごの ごま和え カリカリフライ ゼ リー 大根とわかめの
キムタクごはんスープ	麦ごはんものみそしる	黒糖パン 野菜スープ	昼と夜の長さがほぼ等しい日	そぼろごはん みそしる
24(月) 学年末対応給食いい予感	〇 年間の給食活動の反省をしよ	O給食の前に エナ洪・ナ	石けんでのマブ	トーを守って食事

野菜コロッケ& 千キャベツ

紅鮭おにぎり

とんじる

○給食着・帽子・マスクを し, 身じたくをきちんとでき た。



手を洗った。

協力することができた。



