

月	火	水	木	金
 	1 能中3-2リクエスト献立 牛乳 ご飯 ハンバーグケチャップソース まこちゃんうどんサラダ 豚汁 とろけるヤスダヨーグルト	2 牛乳 きなこ揚げパン ミートオムレツ ツナサラダ ABCマカロニスープ	3 牛乳 梅ご飯 鯖のみそ焼き ごまあえ お花のすまし汁 ひしもち	4 卒業お祝い献立 牛乳 ご飯 たれかつ 菜の花あえ おぼろ汁 お祝いケーキ
7 卒業式 (給食はありません)	8 牛乳 菜めし かぼちゃのコロッケ のり酢あえ 沢煮椀	9 牛乳 ご飯 鯖のマヨコーン焼き 五目豆 キャベツのみそ汁	10 牛乳 ご飯 ビビンバ(セルフ) (ナムル) トックスープ	11 ジオ給食 牛乳 ご飯  めぎすの唐揚げレモンソース アスパラ菜の塩昆布あえ 厚揚げのそぼろ煮
14 木浦小リクエスト献立 牛乳 ご飯 春野菜カレー フルーツのヨーグルトあえ	15 牛乳 ご飯 ホキの竜田揚げ 五目きんぴら 豆っこみそ汁	16 牛乳 コッペパン チョコレートクリーム ほうれんそうグラタン アーモンドサラダ コンソメスープ	17 牛乳 ご飯 春巻 もやしの中華あえ 八宝菜	18 牛乳 ご飯 のり佃煮 カラフルたまご焼き なめたけあえ 豆乳みそ汁
21 春分の日	22 牛乳 ご飯 鯖のみそ煮 福神漬けあえ おじゃがもちスープ	23 牛乳 ご飯 鶏のから揚げ ごまずあえ 豆腐とアスパラ菜のみそ汁 豆乳パンナコッタ(イチゴソース)	3年生の皆さん、ご卒業おめでとう ございます。 4日(木)は、卒業お祝い献立です。 おいしくいただきます。 	

今月のジオ食材

★米 ★小松菜 ★アスパラ菜
★めぎす ★しいたけ

～今年度も糸魚川でとれた海の幸・山の幸を、たくさん給食で味わうことができました。生産者の皆さん、ありがとうございました。～



今年度まとめの月です。友だちや先生と教室での給食時間の過ごし方を振り返り、楽しく・おいしく給食を食べてくださいね。



1年間の給食を振り返り、協力して楽しい給食にしよう

今年度も残すところあとわずかとなりました。給食を好き嫌いなく、マナーを守って食べることができたでしょうか。食事のマナーは毎日の積みかさねが大切です。給食時間について、1年間の振り返りをしましょう。

給食チェック表



1年間の給食時間の中で、よくあてはまったところに○をつけましょう。

①食器やはしを正しく持って食べた。	⑤準備の前に手洗いをした。
②好き嫌いをせず食べた。	⑥友達との距離をとって、静かに配膳の準備ができた。
③姿勢よく食べた。	⑦食事中におしゃべりしなかった。(マスクを外している時)
④よくかんで食べた。	⑧「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶は心をこめてできた。

全部に○がつきましたか？
○がつかなかったところは、今日の給食時間から見直してみましょう。



～給食レシピ紹介～

ぶりかつ



甘辛いたれが白いご飯によく合います。
たれは、豚かつにかけてもおいしいです♪

<材料> 4人分

- ・ぶり切り身…4切
- ・薄力粉、水、パン粉…適量
- ・しょうゆ…大さじ1
- ・砂糖…大さじ1弱
- ・みりん…小さじ1
- ・水…大さじ1

<作り方>

- ①薄力粉と水をよく混ぜ、衣をつくる。
- ②ぶりを①にくぐらせ、パン粉をつける。
- ③180℃の油で揚げる。
- ④調味料を小鍋で煮たててたれを作る。
(電子レンジで加熱して作っても可)
- ⑤フライにたれをかけて出来上がり。



調理動画もチェックしてみてください。