

令和6年度

3月 予定献立表

※牛乳は毎日付きます。予定献立につき、変更になることがあります。

八郎湯町学校給食調理場

月	火	水	木	金
3日 ひなまつり献立	4日	5日 中3なし	6日	7日 中学校なし
麦ごはん 三色そばろ丼（具） ごまあえ とうふのみそ汁 ひなあられ	ごはん 春巻き（小1個中2個） ナムル マーボー豆腐	ごはん さばの塩焼き こんにゃくソテー 大根と青菜のみそ汁	麦ごはん ポークカレー 海藻サラダ 中（のみ）お祝いいちごゼリー	ごはん 松風焼き 切り干し大根のハリハリあえ 青菜と麴のみそ汁
10日	11日	12日	13日	14日 小学校なし
米粉パン ハンバーグトマトソース ツナとブロッコリーのサラダ チキンブロス マーシャルズ（チョコ大豆）	ごはん いわしの梅煮 炒り豆腐 豚バラと野菜のピリ辛みそ汁	ガパオライス 麦ごはん 挽肉の炒め物 目玉焼き風オムレツ チンゲンサイのスープ	わかめごはん 厚焼玉子 三色野菜のおひたし 五目汁 小（のみ）お祝いいちごゼリー	ごはん 十和田バラ焼き 青のりポテト 野菜と豆腐のみそ汁
17日	18日	19日	☆今月の平均栄養価☆ 小学校 エネルギー 649 kcal たんぱく質 27.4 g 脂 質 21.4 g 給食最終日	
ごはん 鶏肉の香味焼き 竹輪入り野菜炒め じゃがいもとわかめのみそ汁	ごはん ほっけピリ辛焼き キャベツと厚揚げのみそ炒め 沢煮椀	麦ごはん 豚ごぼう丼（具） もやしのごまみそ汁 果物（せとか）	☆今月の平均栄養価☆ 中学校 エネルギー 807kcal たんぱく質 32.4 g 脂 質 24.6 g	

感謝の手紙を渡す会



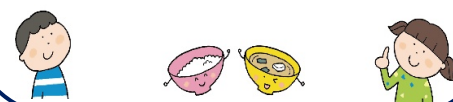
2月3日、食材を提供し

てくださっている地産地消
 の会とファーム夢未来のみ
 なさん、食材の配達をして
 くださっているはちらぼの
 みなさん、安心安全パト

ロールのみなさん、給食を作っている職員へ、全校児童生徒からの
 お手紙を渡す会を開催しました。小学校は健康委員、中学校は給食
 委員の代表児童生徒がお礼の言葉を添えて、手紙を渡しました。参
 会者からは「頑張って野菜を育てたい。」という声が聞かれました。

1年間の総まとめ 食生活チェック表

- ☐ 食事の前に石けんで手を洗った
- ☐ 準備と後片付けを協力してできた
- ☐ あいさつをしっかりとした
- ☐ よい姿勢でよくかんで食べた
- ☐ 好き嫌いをしないで食べた
- ☐ 箸を正しく持って食べた
- ☐ 味わって食事を楽しんだ



食育だより



令和6年度
3月号

八郎潟町学校給食調理場

ご卒業ご進級おめでとうございます

中学3年生にとっては学生生活最後の、その他の学年のみなさんにとっては、今の教室で食べる最後の給食が近づいてきました。

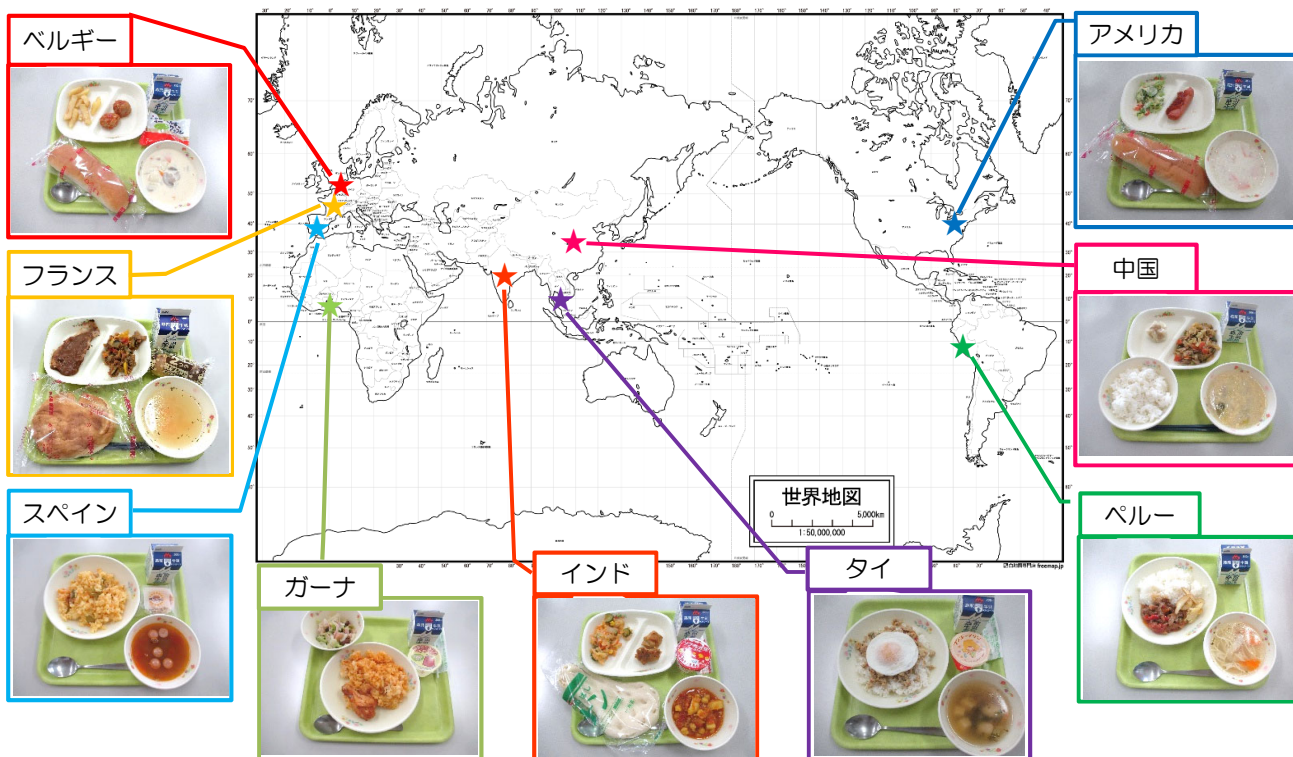
給食は栄養満点でお腹をいっぱいにすることができますが、友達と明るく楽しく食べることで、さらに心と体を元気にすることができます。

さて、みなさんの食事中的会話やマナーは、一緒に食べている友達にとって気持ちのよいものだったでしょうか？自分の食生活や給食時間を裏面のチェック表で振り返りましょう。



世界の料理 ～総集編～

令和6年度は、9カ国の料理が登場しました。みなさんはどの国の料理が好きでしたか？



世界各国の料理は、それぞれの国の歴史や気候に基づいた特徴があります。暖かく水が豊富な日本では稲作が盛んなように、その国の食文化を知ることで、その国の特徴を知ることができます。ぜひ世界の国々と日本の食事を比べてみて、日本との違いや、国ごとの特徴を感じてみてください。そして、日本や八郎潟町の食文化について、紹介できるようになってほしいと思います。

郷土料理



だまうどん汁とわかさぎの佃煮