

4月 1年間の振り返りをしよう! 3月

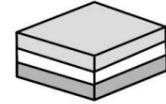
日ごとに寒さが和らぎ、春がすぐそこまで来ていることを感じますね。3月はまとめの月です。自分自身の食生活や、給食を通して学んだこと、できるようになったことなどを振り返り、新しい学年で挑戦したいことを考えてみましょう。



Table with 3 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes items like ちらしずし, きんしたまご, にびたし, すましじる, ひなまつりこんだて, ひしもち.

3/3 ひなまつり

「桃の節句」ともいい、ひな人形や桃の花を飾り、子どもたちの健やかな成長と幸せを願います。行事食として、ちらしずし、ハマグリのお汁、ひなあられ、ひしもちなどが食べられます。



ひしもちが登場したのは江戸時代以降といわれ、それ以前には、厄をはらうヨモギの葉を入れた「草もち」が食べられていました。ひしもちの緑色の部分にもヨモギの葉が使われます。

Table with 3 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes items like ごはん, きりぼしだいこん, ながいも, のりふりかけ.

Table with 3 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes items like メロンパン, いわしこうみフライ, アスパラのソテー, ミネストローネ.

Table with 3 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes items like ごはん, プルコギいため, ビーフンスープ, フルーツミックスナタデココ.

Table with 3 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes items like コッペパン, エビフライ, はなやさいサラダ, パックタルタルソース, コーンポタージュ.

Table with 3 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes items like ごはん, ぶりのてりやき, ひじきとだいずのもの, こくしょうじる.

食育の日・わ食の日. こくしょうじる 国清汁. 「国清汁(こくしょうじる)」とは、静岡県伊豆の国市にある「国清寺(こくせいじ)」に600年以上も前から伝わる汁物です。

Table with 3 columns: 献立名, 食品名, 食品に関するアレルギー. Includes items like ごはん, ごもくあつやきたまご, きんぴらごぼう, あかだし, なつとう.

【食品に関するアレルギーについて】 予定献立表には、毎日の献立名・食品名・食品に関するアレルギーを表示します。アレルギーに関しては、特定原材料(7品目)および特定原材料に準ずるもの(20品目)を記載します。【アレルギー表示対象品目】

【献立にのせるマークについて】 ●●●地場産物(奈良県・生駒市でとれたもの)を使っています。 ●●●カミカミ献立(よくかんで食べよう) ●●●給食センター返却用のゴミ袋がつかます。 ●●●はしの日です。 【3つのグループの栄養】

Table: 今月の平均栄養量. Columns: エネルギー kcal, たんぱく質 g, 脂質 g, カルシウム mg, 鉄 mg, レチノール当量 μg, ビタミンB1 mg, ビタミンB2 mg, ビタミンC mg. Values: 676, 24.5, 19.3, 335, 2.6, 206, 0.66, 0.55, 22.

