



3月のごはん表

平成31年 峰山学園いさなご小学校



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
<p>6年生のみなさん ご卒業おめでとう</p> <p>食べることは生きること、美味しくたべて、中学校でも元気に過ごしてください！</p>	<p>祝 卒業</p>	<p>食べることは、意欲と深く関係しています。 朝・昼・晩3食バランスよくしっかりと食べて、3つの木(気)～元氣・やる氣・根氣～を育てよう！！ 元氣・元氣なあいさつ、明るい笑顔。病氣に対する免疫力。 やる氣・自分から進んでやろうとする氣持ち。高い目標をもつこと。 根氣・本氣です。成功するまでぜったいにあきらめない力。</p>		
<p>4日</p> <p>ごはん おらんだのうま煮 はりはりづけ やよい汁</p>	<p>5日</p> <p>カツ丼 たくあんあえ いよかん</p>	<p>6日</p> <p>ごはん サバのかんこく煮 中華風おひたし にらスープ</p>	<p>7日</p> <p>ごはん おから入りキッシュ 九条ねぎのサラダ さつまいものみそ汁</p>	<p>1日</p> <p>ひな祭り</p> <p>ひなずし ほうれん草ごまあえ 心のすまし汁 ひなまんじゅう</p>
<p>11日</p> <p>ごはん じゃがいものそぼろ煮 はんぺんのあまずあえ くきわかめのごましょうゆ炒め</p>	<p>12日</p> <p>ビビンバ わかめスープ パンナコッタいちごソースかけ</p>	<p>13日</p> <p>ごはん(特裁米) シーフードたこやき かりぼりつけ 水菜とぶた肉のはりはり汁</p>	<p>14日</p> <p>菜の花ごはん(特裁米) ツナのおひたし みそけんちん汁 りんご</p>	<p>8日</p> <p>歯の日</p> <p>麦ごはん ささみのチリソース かみかみサラダ ジュリエンスープ</p>
<p>18日</p> <p>6年生リクエストメニュー おたのしみ</p>	<p>19日</p> <p>たんご 食の日</p> <p>せきはん(特裁米) さわらのマヨネーズむし なばなのごまあえ 赤だし</p>	<p>15日</p> <p>ごはん(特裁米) サモサ風春巻 中華サラダ ワンタンスープ</p>		

●6年生リクエストメニュー
18日は小学校6年間食べてきた給食メニューの中から
6年生のリクエストの多かったものを献立にしました。
お楽しみに。

●たんご・食の日
毎月19日は「たんご・食の日」です。この日は、「たんご」の食について知ってもらうために、普段より多くの地元食材を取り入れています。
3月19日に実施する食育の日の献立には、地場産物として特別栽培米・もち米・小豆・サワラ・キャベツ・なばな・葉ねぎ・牛乳を使います。
卒業や新しい学年への進級をお祝いしてこの日はお赤飯を炊きます。