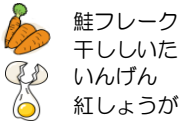
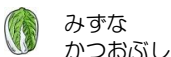
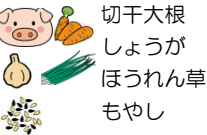
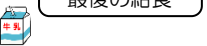




予定献立表



2025. 2. 28
京丹後市立
弥栄中学校

3日 (月)		4日 (火)		5日 (水)		6日 (木)		7日 (金)	
エネルギー 728kcal タンパク質 23.8g		エネルギー 758kcal タンパク質 30.2g		エネルギー 813kcal タンパク質 25.1g		エネルギー 855kcal タンパク質 28.6g		エネルギー 834kcal タンパク質 32.4g	
主食	ひな寿司	主食	ごはん	主食	麦ごはん (減量)	主食	ごはん	主食	ごはん
主菜	 鮭フレーク 干しいたけ いんげん 紅しょうが	主菜	サバの生姜煮 	主菜	クッパ 	主菜	トンカツ 	主菜	ごぼうの かみかみつね 
副菜	煮びたし 	副菜	菜の花 ごま和え 	副菜	切干大根のナムル 	副菜	野菜のソテー 	副菜	昆布豆 
副菜	えのきのすまし汁 	副菜	豆腐団子の みそ汁 	デザート	もちもちドーナツ 	副菜	マカロニスープ 	副菜	白菜のそぼろ汁 
デザート	三色ゼリー 								
牛乳	 ひな祭り献立	牛乳		牛乳	 世界の料理 韓国	牛乳	 入試応援メニュー	牛乳	
10日 (月)		11日 (火)		12日 (水)		13日 (木)		14日 (金)	
エネルギー 740kcal タンパク質 22.6g		エネルギー 806kcal タンパク質 29.6g							
3年生 リクエスト給食 お楽しみに♪		主食	ごはん (特別栽培米)	主食	ビビンバ (特別栽培米)	卒業式 前日準備 3月になり、3年生が給食を食べるのもあと数回になりました。おいしかった給食、苦手な食べものを頑張って食べたこと、友達や先生と一緒に食べたことなど、給食の思い出もたくさんあると思います。 そして、これからはお弁当作りなど自分で料理をする機会が増えると思います。 何を作ろうかと迷った時は、給食を思い出してみてください。 		卒業式	
		主菜	コロケ風春巻き 	主菜					
		副菜	ゆで野菜 	副菜	わかめスープ 				
		副菜	切干大根の みそ汁 	デザート	デザート 				
		牛乳		牛乳	 3年生 最後の給食				

*給食物資状況により、急遽変更になることがあります。ご了承ください。

～3月3日は「ひな祭り」～

3月3日は、女の子の健やかな成長を願う桃の節句、「ひな祭り」です。ひな人形を飾り、ひし餅、白酒、ひなあられ、桃の花などを供えます。また、ひな祭りの日には、ちらし寿司やハマグリのお吸い物などを食べます。給食でも、ひな祭り献立として「ひな寿司」を出します。

～ちらし寿司～

ちらし寿司そのものにいわれはありませんが、人参、卵、きぬさや、紅生姜などの華やかな色どりが食卓に春を呼んでくれるため、ひなまつりの定番メニューになったようです。



～ひし餅～

ひしもちは、下から緑・白・桃色のおもちを重ねて作られています。白には長寿、緑には健やかな成長、赤には魔よけという願いが込められています。また、もちを重ねる順番で春の情景を表しており、「雪（白）の下には新芽（緑）が芽吹き、雪の上には桃の花（桃）が咲いている」という意味が込められています。



～ひなあられ～

ひなあられは、おもに桃色、みどり、黄色、白の4色で、春・夏・秋・冬の四季を通じて健康でありますようにと願う気持ちが込められています。

