



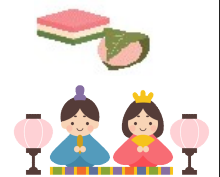
# 令和4年3月分 中学校給食盛りつけ一覧表



	<p>1日(火) <span>牛乳</span></p> <p>ミニマト 鮭の オリーブオイル 焼き</p> <p>黒糖パン <span>野菜のスープ煮</span></p> <p>スプーン</p>	<p>2日(水) <span>牛乳</span></p> <p>蒸しキャベツ 鶏肉の ごまがらめ</p> <p>わかめ ごはん <span>味噌汁</span></p> <p>スプーン</p>	<p>3日(木) <span>牛乳</span></p> <p>ももゼリー</p> <p>ちらしずし <span>菜花の すまし汁</span></p> <p>スプーン</p>	<p>4日(金) <span>牛乳</span></p> <p>コーンサラダ</p> <p>福神漬 麦ごはん <span>手作り ビーフ カレー</span></p> <p>スプーン</p>
<p>7日(月)</p> <p>卒業式</p>	<p>8日(火) <span>牛乳</span></p> <p>フレンチサラダ</p> <p>コッペパン <span>いちごジャム</span> <span>チキンの クリーム煮</span></p> <p>スプーン</p>	<p>9日(水) <span>牛乳</span></p> <p>大豆と小魚の 揚げ煮</p> <p>麦ごはん <span>八宝菜</span></p> <p>スプーン</p>	<p>10日(木) <span>牛乳</span></p> <p>蒸しキャベツ 鶏肉の ごまソースかけ</p> <p>麦ごはん <span>関東煮</span></p> <p>スプーン</p>	<p>11日(金) <span>牛乳</span></p> <p>ヨーグルト</p> <p>豚肉ピビンバ <span>わかめ スープ</span></p> <p>スプーン</p>
<p>14日(月) <span>牛乳</span></p> <p>切干大根の 酢の物</p> <p>手作り佃煮 麦ごはん <span>親子煮</span></p> <p>スプーン</p>	<p>15日(火) <span>牛乳</span></p> <p>りんごゼリー</p> <p>ツナサラダ</p> <p>スパゲティー ミートソース</p> <p>スプーン</p>	<p>16日(水) <span>牛乳</span></p> <p>蒸し野菜 はんぺんの セサミ揚げ</p> <p>しそふりかけ 麦ごはん <span>けんちん汁</span></p> <p>スプーン</p>	<p>17日(木) <span>牛乳</span></p> <p>野菜ふりかけ</p> <p>小松菜のひたし 鱈の香味焼き</p> <p>麦ごはん <span>じゃが芋の 煮物</span></p> <p>スプーン</p>	<p>18日(金) <span>牛乳</span></p> <p>ひじきの 中華風サラダ</p> <p>麦ごはん <span>マーボー 豆腐</span></p> <p>スプーン</p>

## 3月3日ひな祭り

ひな祭りは、「上巳(じょうし)の節供」であり、その季節の花から「桃の節供」ともいいます。ひな人形や桃の花を飾り、ひしもち、ひなあられ、白酒などをお供えて、子どもたちの健やかな成長と幸せを願う行事です。3日の給食では、ひな祭りにちなんで「ちらしずし」、「ももゼリー」などを出す予定です。



## ご卒業おめでとうございます

3年生のみなさん、もうすぐ卒業ですね。中学校での3年間で、思い出に残る給食はありましたか？これからは自分で何を食べるか選ぶことが増えますね。学校での給食を思い出し、栄養バランスを考えながら食事をとり、健康で豊かな生活を送ってください。「食べる」ことは「生きる」ことにつながります。自分自身の心と体の健康を考えて、食べること、生きることを大切にしていって、未来を切り開いてほしいと願っています。

食器太い線 = 大わん (ピンク)

細い線 = 小わん (ブルー)

点線 = 浅い皿 (パン皿)

二重線 = 大皿 (カレー皿)

長い点線 = 深皿 (グリーン)

スプーン はし =

食器は、よく確かめて盛りつけましょう