

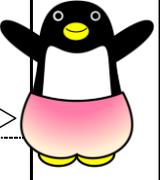
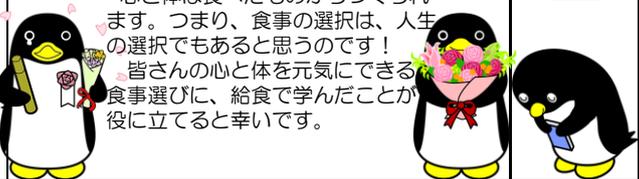


3月 給食予定献立表



令和7年度

葛飾商業高校・本所工科高校グループ

月	火	水	木	金	予約期日
2日	3日	4日	5日	6日	注意 2月19日 (木) 
汁なし担々麺 焼き豚サラダ さつまいもの揚げもちごま団子 牛乳 879 kcal 33.7 g	ちらし寿司 春野菜の煮物 雑煮汁 豆腐ドーナツ 牛乳 <桃の節句> 887 kcal 35.3 g	カツカレー アスパラジャーマンポテト 帆立スープ 手作りプリン 牛乳 869 kcal 42.0 g	ミートドリア レモンドレッシングサラダ ボルシチ風スープ スイートパンプキン 牛乳 896 kcal 29.6 g	わかめご飯 鶏の唐揚げ おかか和え すまし汁 紅白お団子ポンチ ジョア <卒業式> 856 kcal 35.9 g	
9日	10日	11日	12日	13日	2月27日 (金) 
麦ご飯 酢豚 バンサンスー ごまだれ団子 牛乳 837 kcal 31.6 g	そぼろ混ぜご飯 笹かま入りサラダ だんべえ汁 さつまいものはちみつレモン煮 牛乳 797 kcal 28.5 g	油麩丼 いかにんじん ぬっぺい汁 桃のパパロア風 牛乳 833 kcal 38.2 g	ロコモコ丼 ガーリックシュリンプサラダ アサイーボウル風ヨーグルト 牛乳 805 kcal 32.8 g	たらこクリームスパ 花野菜のソテー ガトーショコラ 牛乳 843 kcal 32.8 g	
16日	17日	18日	19日	20日	3月6日 (金) セレクト給食 春分の日 
味噌すき丼 和風ドレサラダ みそ汁 キャラメル蒸しパン 牛乳 881 kcal 34.6 g	麦ご飯 ミックスフライ 茹で野菜 みそ汁 果物 牛乳 894 kcal 37.1 g	麦ご飯 手作り鮭ふりかけ 鶏のコーンフレーク焼き ほうれん草の胡麻和え きのこのけんちん汁 牛乳 833 kcal 39.6 g	A小松菜ピスキュイパン Bホットあんぱん 海老マヨ和え おからポテトチーズ じゃがいものポターージュ 牛乳 862/885 kcal 31.4/34.7 g		
23日	24日	25日	ご卒業おめでとうございます 心と体は食べたものからつくられます。つまり、食事の選択は、人生の選択でもあると思うのです！皆さんの心と体を元気にできる食事選びに、給食で学んだことが役に立てると幸いです。		注意 3月6日 (金) 
天丼 きのおおろし和え たぬき汁 2色ぼたもち 牛乳 <春のお彼岸メニュー> 894 kcal 34.5 g	麦ご飯 魚のにんにく醤油焼き ごま味噌和え 豆腐鍋風味噌汁 果物 牛乳 768 kcal 40.8 g	ハッシュドポーク 南瓜サラダ 野菜たっぷりトマトスープ 紅茶のマフィン ジョア 899 kcal 29.9 g			

※都合により、献立内容および使用食材の変更が生じる場合があります。

3月 3日 桃の節句

1年に5回ある「五節句」の一つで、別名「上巳(じょうし)の節句」ともいいます。旧暦の3月3日(現在の3月下旬~4月頃)はちょうど桃の花が咲く時期です。「ひな祭り」とも呼ばれ女の子の行事のイメージも強いですが、冬の寒さを乗り越え植物が芽吹く春は、すべての皆さんにとって新しい始まりや健やかな成長にふさわしい季節でもあります。

3月 17日~23日 春のお彼岸

春のお彼岸では「ぼたもち」、秋のお彼岸では「おはぎ」が食べられます。どちらももち米をつぶして丸め、あんこやきなこで包んだ和菓子です。名前の違いは春と秋に咲くお花にそれぞれ見立てているため、春は「牡丹(ぼたん)」、秋は「萩(はぎ)」の花が由来です。また、あんこの材料である小豆は秋に収穫され、春には皮が固くなってしまいうため、ぼたもちではこしあんが使われます。

↑これは牡丹の花

《今月の給食目標》

食生活を振り返ろう！

今年度も残りわずかとなりました。給食や日々の食事を振り返り、より充実した食生活を目指しましょう！高校の給食は多くの人にとって学校給食を食べる最後の機会になります。給食の時間は、苦手な食べ物や食べたことがない食べ物に挑戦したり、お箸や食器の持ち方や配膳の仕方などマナーを身につけたりできるチャンスです！卒業までに皆さんの『できる』が増えたらいいと思います。

