

## 3月4日 (水)

牛乳・チリビーンズライス  
ツナ入り卵焼き・ハニーサラダ  
くだもの(キヨミ)



学年末考査あけ、3月最初の給食は、チリビーンズライスです。本当は、豆の形を残して作る料理なのですが、「豆は苦手」という生徒が多いので豆を刻んで入れています。ソースの残りは全校で3人分。よく食べてくれました。

## 3月5日 (木)

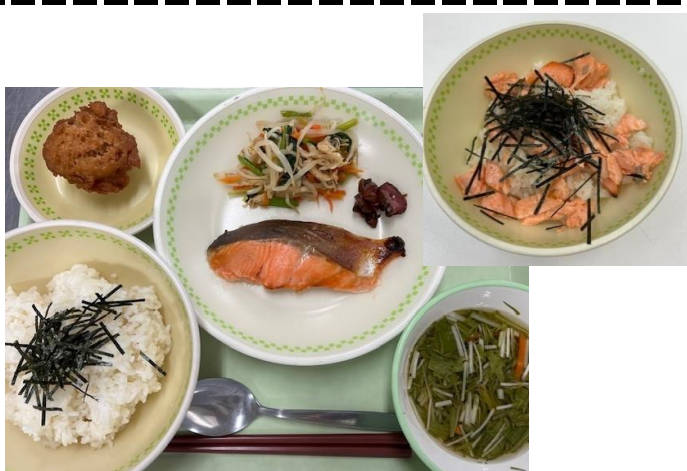
牛乳・味噌ラーメン  
キャベツの中華和え  
大学芋



この日は人気の味噌ラーメンと大学芋の組み合わせです。味噌ラーメンは1人分で83gの野菜を使っていますが、1食の目標には足りません。中華和えの野菜もあわせて140g。1日350gの野菜を食べるためにはこれ位必要です。

## 3月6日 (金)

牛乳・お茶漬け・香の物  
鮭の塩麴焼き・煮浸し  
サーターアンドン



この日は3年C組のリクエストで初挑戦の「お茶漬け」です。最初に配膳した人も美味しく食べられるように悩んだ結果、セルフでだし汁をかける鮭茶漬けという形になりました。3C生徒の「おいしかった」の言葉で苦労が報われました。

## 3月9日 (月)

牛乳・五目おこわ・呉汁  
焼きししゃも・くだもの(いちご)  
小松菜ベーコンソテー



この日は「給食ってなんでこれが出るの？」と聞かれる食材、大豆(豆)とししゃも(骨付き小魚)を使用しました。この2つは全国調査の結果、現在摂取率が下がっている食材なので、ご家庭で食べる機会が多いですか？

## 3月10日 (火)

牛乳・ごはん・ピリ辛ふりかけ  
ジャンボ餃子・豚汁・春雨サラダ  
フローズンヨーグルト



この日は3年B組のリクエストです。最初は揚げパン&ジャンボ餃子だったのですが、どちらかにしてほしいと伝えたところ、ジャンボ餃子が選ばれました。フローズンヨーグルトで後味をさっぱりできる完璧な給食だそうです。

## 3月11日 (水)

牛乳・麦ごはん・  
豆腐の中華五目煮  
野菜のごまみそ和え・くだもの(ハルカ)



この日の給食はひとクラスを除いて残菜ゼロ！3月に入り、1年生も良く食べるようになりました。ごはんにも五目煮をかけて、中華丼のように食べている生徒も多く見かけました。

## 3月12日 (木)

牛乳・揚げパン(きな粉・砂糖)  
ミネストローネ(肉多め)  
ティラミス



この日は3年A組のリクエスト。このクラスで一番実現したいメニューが「ティラミス」でした。衛生面、予算、栄養面(カロリー)、作業工程など考え抜いた結果、ティラミスを提供することができました。全校の喜んだ様子に給食室一同嬉しくなりました。

## 3月17日 (火)

牛乳・キムチチャーハン  
ヤンニョムチキン・  
チヨレギサラダ・フルーツポンチ



この日は3年D組のリクエストです。4クラスの中で一番スムーズに決まったのがD組でした。その理由は1食分の献立としてバランス・調和がとれていたから。いつもと違うひと工夫を！ということで、フルーツポンチにいちごを入れて提供しました。

**3月18日 (水)**

**月日 ( )**

牛乳・赤飯・祝い汁・  
金目鯛の西京焼き・  
野菜の海苔和え・  
くだもの(いちご)



今年度最後の給食です。1年間の修了をお祝  
いして「お祝い膳」に仕立てました。この1年  
間で食に関する事で1つでも「成長した」と  
言えることがあったら嬉しいです。1年間、あ  
りがとうございました。