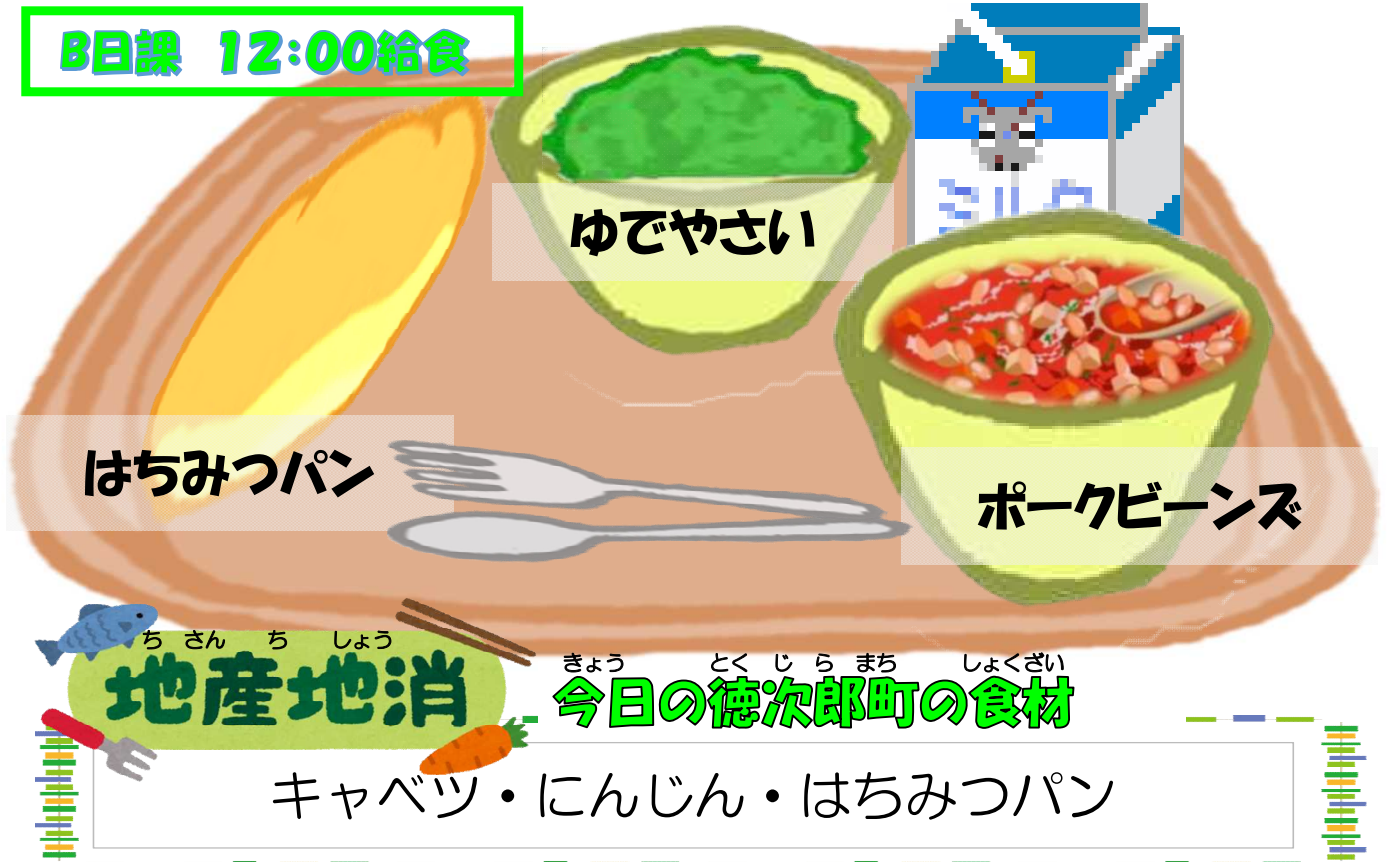


3月1日(火)

B日課 12:00給食



きょうのひとくちメモ

ポークビーンズ・・・

ポークビーンズとは、豚肉と豆を主な材料としたトマト味の煮込み料理のことです。アメリカの代表的な家庭料理です。1860年代の南北戦争当時のアメリカ陸軍の食事として缶詰で支給されたのが始まりといわれています。

今日の給食では、大豆の大きさに合わせて、じゃがいも、にんじん、たまねぎを角切りにしました。切り方を揃えると、見た目が美しくなるので、おいしさが増します。料理は繊細さが必要なもので、気づいてくれるとうれしいです！！

3月2日(木)

B日課 12:00給食

あおなとじゃこのいためもの



さばのたつたあげ

むぎいごはん

ぎょうざチゲスープ



ちさんちしょう
地産地消

きょうとくじらまちしょくざい

今日の徳次郎町の食材

にんじん・はくさい

きょうのひとくちメモ

チゲ...

チゲとは、キムチや肉、魚介類、豆腐などを出汁で煮込んだ朝鮮半島の鍋料理の一つです。

日本の鍋料理は大鍋で煮込んで囲み各自で取り分けますが、韓国の「チゲ」は最初から一人前の鍋で煮込んで食べることが一般的です。

今日の給食のチゲは、白菜、ニラ、にんじん、ねぎと野菜をたくさん入れ、小さな餃子も入れてキムチと味噌で味付けしました。

3月3日(金)

もも せっく こん だて
桃の節句献立

B日課 12:00給食

てづくり
おひなさまゼリー

もものせっくの
ちらしずし

うしおじる

ち さん ち しょう
地産地消

きょう とく じ ら まち しょくざい
今日の徳次郎町の食材

にんじん

きょうのひとくちメモ

もも せっく
桃の節句...

女の子の健やかな成長を願い、お祝いをする日とされています。ちらし寿司や菱餅・雛あられ・白酒・はまぐりなどを桃の節句のお祝いに食べますが、今日の給食では、ちらし寿司とうしお汁・菱餅をイメージし手づくりしたゼリーでお祝いします。

ひしもち...

ももいろ しろいろ みどりいろ しょく いみ
桃色・白色・緑色の3色にも意味があるんですよ！知っていますか？

ひしもちは、もも せっく ぎょうじしょく もち が し しゅ さいきん ひしもち に
菱餅は、桃の節句の行事食で、餅菓子もちがしの1種です。最近さいきんは菱餅ひしもちに似せたあられやゼリーなどもありますね。

ひしがた しょく ひしもち まわ かど まる た えんぎ
菱形をした3色の菱餅を周りから角を丸めるようにして食べると縁起がよいそうです。「桃、白、緑」の3種類の色の桃色は「桃の花」、白は「雪」、緑は「新芽が広がる大地」を表しています。

3 月 6 日 (月)

なまあげとぶたにくの
とうぼんじゃんいため

むぎいごはん

はくさいスープ

ち さん ち しょう
地産地消

きょう とく じ ら まち しょくざい
今日の徳次郎町の食材

にんじん

きょうのひとくちメモ



生揚げ

な ま あ
生揚げ...

あつあ 厚揚げともいいます。あつぎ
にしたもめんとうふをみずき
水切りしてから、あぶら
油であ 揚げてつく
作ります。
とうふ 豆腐に比べて、くら
表面がひょうめん
固いの
かた
で、くす
崩れにくいです。

な ま あ
生揚げには、ふそく
不足しがちなカルシウムとてつぶん
鉄分が^{おお}多く^{ふく}含ま
れています。いつものりょうり
料理に、な ま あ
生揚げをつか
うとからだ
体によい
こんだて
献立になりますよ！



3月7日(火)

ごまあえ

ホキのバーベキューソースがけ

むぎいごはん

さつまじる



ちさんちしょう
地産地消

きょう とくじらまち しよくざい
今日の徳次郎町の食材

キャベツ・にんじん

きょうのひとくちメモ

さつま汁...

さつま汁とは、鶏肉を使った臭だくさんな味噌汁で、鹿児島県の郷土料理です。鹿児島県では、江戸時代から薩摩武士たちが士気を高めるため、薩摩鶏を野菜と一緒に煮込んで食べたのがはじまりだといわれています。

臭だくさんの汁物は、自然と野菜をたくさん食べることができるので、給食では何度も登場しますね。

家庭でも少し手間がかかりますが、臭だくさんの汁物を週に1度は作り、食べられるといいですね！



3月8日(水)

ねん そつ ぎょう いわ きゅうしょく
6年卒業お祝い給食

ミニトマト

コッペパン

シェパードパイ

キャベツのスープ

きょうのひとくちメモ

おはなし給食…

図書^{としょ}の司書^{ししょ}さんと栄養士^{えいようし}が相談^{そうだん}して、本^{ほん}に出てくる料理^{りょうり}を給食^{きゅうしょく}で再現^{さいげん}するおはなし給食^{きゅうしょく}を毎年^{まいとし}実施^{じっし}しています。そのおはなし給食^{きゅうしょく}で、給食^{きゅうしょく}の献立^{こんだて}に取り入れ^とられたシェパードパイは、そのおいしさから定番^{ていばん}献立^{こんだて}になっています。

1クラス^{こと}毎^{おお}に大きなバット^{つく}で作^{つく}るようにしてからは、作業^{さぎょう}がとても楽^{らく}になり、見栄^{みば}えも食^たべ応^{こた}えもあるので、私^{わたし}（栄養士^{えいようし}）の好きなメニュー^{ひと}の一つです。

これからも定番^{ていばん}になるような新^{あた}しい献立^{こんだて}を発掘^{はっくつ}していきたいと思^{おも}います！！(^▽^)/



ぜんかい
つくった
ときの
ようす



3月9日(木)

グレープフルーツ

シーフードカレーライス

ゆでやさい

ちさんちしょう
地産地消
きょうとくじらまちしよくざい
今日の徳次郎町の食材

にんじん・キャベツ

きょうのひとくちメモ

シーフード...

かいさんぶつ すいさんぶつ
海産物や水産物のこと、さらにそれらを使った料理のことをシーフードといいます。シーフードカレー以外には、シーフードサラダなどがありますね。

きょう きゅうしよく
今日の給食では、シーフードであるイカ・ツナ・ホタテを入れたカレーを作りました。



← じぞくかのう きょぎょう せきにん
持続可能な漁業や責任ある
ようしよく そだ ぎょかいりい
養殖で育てられた魚介類
のことをいいます。
しらべてみよう！



3 月 10 日 (金)

はる おとず きゅうしょく
春の訪れ給食

やさいかきあげ

なのはなおこわ

にらたまじる

ち さん ち しょう
地産地消

きょう とく じ ら まち しょくざい
今日の徳次郎町の食材

もち米・にんじん

きょうのひとくちメモ

はる おとず
春の訪れ・・・

はる き おも う
春と聞いて思い浮かべるものは、たくさんあるとおもいま
す。きょう きゅうしょく にが あじ
今日の給食では、ほろ苦い味わいがおいしい春の味と
される『な はな』をつかって、おこわを作りました。
ぜひ、な はな あじ
菜の花を味わってみてくださいね！！

もう、すぐそこに
はる き
春が来ていますね！

