



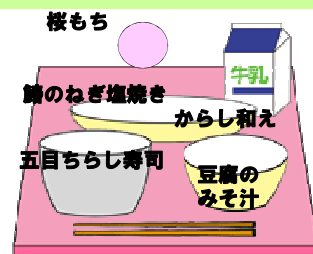
# 3月給食献立配膳図



給食配膳の参考にしてください。一口メモなども読んでくださいね。



## 1(金) 桃の節句メニュー



ひな祭りは、桃の節句とも言われます。厄払いや健康を願う意味が込められた日本の行事食です。味噌汁には、梅の花びらをモチーフにした、かまぼこが入っています。見つけてみてください。

## 4(月) 宇都宮市産 トマト活用給食



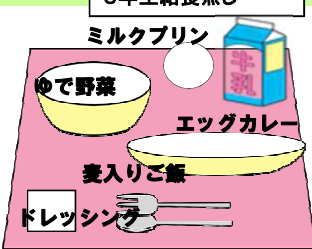
味噌カツは、お味噌の香ばしい香りが食欲をそそります。そして宇都宮さんのトマトを使ったハヤシシチューは、酸味とうま味のバランスがバッチグーな料理。パンではなく、ご飯と共に食べてみましょう。校長先生も大好きなメニューです。

## 5(火)



ブルコギは、韓国の代表的な肉料理の一つです。甘じょっぱく付けした肉を炒めて作ります。「ブル」は「火」、「コギ」は「肉」という意味です。はっさくは、広島県尾道市の因島で生まれた果物です。

## 6(水) 県立校入試のため 3年生給食無し



今日は人気のカレーを存分に味わってみましょう。鶏肉とうずら卵入りです。よく噛んで食べてください。カレールーは16kg使っています。やはり、給食で使うってすごいですね。

## 7(木)



ゆでスパゲティは、ミートソースの上に入れ、よく混ぜてから食べましょう。集中して混ぜないと、こぼれてしまうので注意してくださいm(\_ \_)m ソーダパインゼリーは、3年生の熱いリクエストにより、再度登場したソーダ。

## 8(金) 卒業祝いメニュー



今日は卒業祝いメニューです。給食時間から学んだことはたくさんありました。栄養バランス、食事マナー、感謝の心、食文化、地産地消など。小中9年間でみなさんが身に付けた大切なものです。3年生の卒業祝いとして、桜の花型のかまぼこが入ったすまし汁と、いちごケーキが出ます。

## 11(月)



## 卒業式 (給食はありません)

## 12(火)



今日の給食に使われている食材で、成長期に必要なカルシウムがたっぷり入っているものはなんですか？正解は、そう、かんぴょうです。田舎汁に入っているの、確かめてみましょう。田舎汁は、みなさんに大人気料理の1つ。毎回、残食がほとんどありません、うれしい。

## 13(水)



きよ、今日も、いちごデザート♡。ていうか、3月の給食は、いちごフェアのようだ(\*▽\*)。なんと、5回もいちごデザートが出ます。いちご王国の栃木県らしい給食ですね。ビタミンCたっぷり含まれていますので、風邪予防にとっても効果的です。

## 14(木)



パンには、フルーツクリームをはさんで食べてみましょう。給食の焼きそばは、オープンで60kgの麺を蒸してから、100kg炒めた具と混ぜ合わせます。ユニコーン調理員さんだからできる、技術なんだお。

## 15(金)



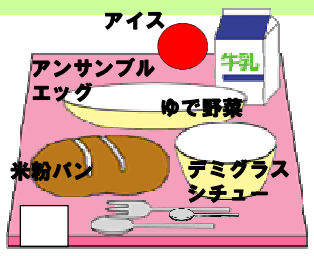
筑前煮は、2年生の調理実習で学習しました。乱切りという野菜の切り方や、干し椎茸のだしで煮る調理、覚えていませんか？授業から、調理の奥深さを感じたのではないのでしょうか。今日の給食でも、同じように作っているので、ぜひ確認しながら食べてみてください。

## 18(月)



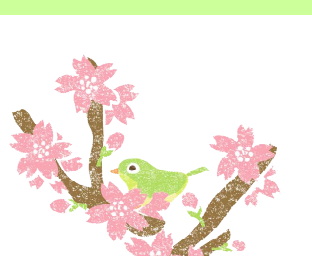
鶏肉の唐揚げに、甘酸っぱいレモンだれをからめました。普通の唐揚げもいいけど、この味付けも幸せになると思います。鶏肉とうま味と、甘酸っぱいソースとのマリージュ。

## 19(火)



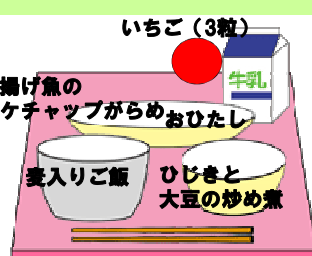
シチューは、デミグラスソース味。デミグラスソースは、小麦粉・バターを茶色になるまで炒め、野菜を煮たスープで伸ばしていきます。シチューには、やわらかいお肉も入っています。パンにつけながら、食べてみてください。

## 20(水)



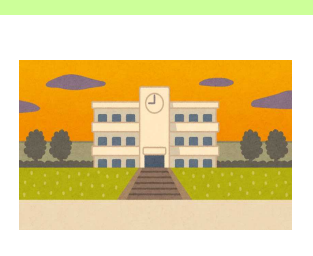
## 春分の日

## 21(木)



今年度の給食はいかかでしたか？前向き給食から対面給食に変わり、食べるだけではなく、楽しい給食時間を過ごすことができましたね。来年度も、給食時間から多くのことを学ぶことができるようにしていきます。

## 22(金)



## 修了式 (給食はありません)