

◇学校別内訳◇			
上田小	957	豊見城中	970
長嶺小	566	長嶺中	583
座安小	517	伊良波中	578
豊見城小	712	豊崎中	383
伊良波小	539	給食センター	62
とよみ小	705	とよみ教室	13
豊崎小	771	★合計	8,111
ゆたか小	755	※2月4日時点の想定人数	

学 校	学 校	E エネルギー	P たんぱく質	F 脂 肪
給食の 栄 養 基準量 (7割)	小学校	650kcal	21.1~32.5g	14.4~21.7g
	中学校	830kcal	27.0~41.5g	18.4~27.7g

令和 8 年 豊見城市立学校給食センター（☎850-4585）

3月の予定献立表



しょくもつ
 しょく
 しょく
 しょく

じどうせいと
 じ
 じ
 じ

きょうしゅく た
 き
 き
 き

まえ ペッシ
 ま
 ま
 ま

しょくひんしょうさいごんでひょう
 しょ
 しょ
 しょ

ないよう かなら かくにん
 な
 な
 な

かてい がっこう
 か
 か
 か

まいにちかくにん くだ
 ま
 ま
 ま

※食物アレルギーのある児童生徒は、給食を食べる前に別紙の「食品詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学校においても毎日確認して下さい。
 ※魚、肉類(鶏・牛・豚)には、骨がある可能性がありますので、よくかんで気をつけて食べましょう。

こんだて	2(月) 片付けの約束 ミルクメーク お祝いケーキ(中3のみ) 牛乳 ツナポテトサラダ ごはん ハヤシライス	3(火) ひなまつり ひしもち 牛乳 グルコンのシークワサーソースかけ さくらちらしずし すまし汁	4(水) デコポン デコポン(1/4カット) 牛乳 麩タシヤー ごはん イナムドッチ	5(木) 色のこい野菜・うすい野菜 さつまポテト 牛乳 チャプチェ ごはん にくだんごのスープ	6(金) パパイアの酵素 チョコジャム(小6・中3以外) パンパキンサラダ 牛乳 2色あげパン(小6・中3) コッペパン(小6・中3以外) パパイアとチキンのトマト煮
	9(月) 豚肉のパワー かぼちゃ ひき肉フライ 牛乳 ねぎ塩豚うどん 根菜のごまサラダ	10(火) 豊見城産「チンゲンサイ」 みかんクレープ 牛乳 ミートボールの酢豚風 ごはん チンゲンサイスープ	11(水) 3.11を忘れない 豆乳パンナコッタ 牛乳 さんまゆずみそ煮 ごはん じゃがいものそぼろ煮	12(木) はしの正しい使い方 白身魚フライ 牛乳 キムタクごはん(豊崎小・座安小・豊見城小・伊良波小) 鶏ごはん(上記以外の学校) さといものみそ汁	13(金) ヨーグルト ヨーグルト 牛乳 コールスローサラダ ナン ドライカレー
	16(月) 春やすみの過ごし方 きんぴらごぼう 牛乳 アジのすり身カツ 貝だくさんのみそ汁 ごはん	17(火) 1年を振り返ってみよう!(小学校最終給食) パナナ(中学校) 豆乳プリンタルト(小学校) 牛乳 パパイアイリチー ごはん なかみ汁	18(水) 思い出の味?(中学校最終給食) 豆乳プリンタルト 牛乳 豚肉のかりん揚げ たけのこごはん 野菜スープ	リクエスト給食 今月もリクエストの多かった料理を取り入れています。 このマークがついている料理がリクエストが多かった料理です。	

ひな祭りの食べ物

ひしもち

緑・白・桃(ピンク)の3色を重ねた、菱形のもち。雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲く春の様子を表現していると考えられますが、色や形、重ね方など、地域によって違いがあります。

ひなあられ

もとはひしもちを砕いて作られていました。関東と関西で大きく異なり、関東地方では米粒形の甘いボン菓子、関西地方では直径1cmほどの丸形のあられが親しまれています。

白 ざけ酒

桃の花びらを酒に漬した「桃花酒」を飲む風習がありましたが、江戸時代に「白 ざけ酒」が売り出されると、たちまち人気を集めて定着しました。白酒はアルコールを含むため、子ども向けには、米麹から作る甘酒などが用いられます。

1年間の振り返りをしよう!

いよいよ3月、今の学年で過ごす日も残りわずかとなりました。皆さんは、日々の給食からどんなことを学んできたでしょうか? この1年を振り返り、できたことをチェックしてみましょう。

給食の前に手をきれいに洗えましたか? 	食事のあいさつは心を込めて言えましたか? 	おはしを正しく使うことができましたか?
よくかんで味わって食べられましたか? 	バランスの良い食事のとり方がわかりましたか? 	自分に必要な量を考えることができましたか?
地域でとれる食べ物を知ることができましたか? 	行事食や郷土料理について知ることができましたか? 	楽しい給食時間を過ごしましたか?

各地のひな菓子

おしちもん (愛知県)

いがまんじゅう (愛知県西三河地域)

ひちぎり (京都府)

おいり (鳥取県)

からすみ (岐阜県)

くじらもち (山形県)

ひなまんじゅう (岩手県)

うずまきもち (香川県)

おめでとう
 ぎょう
 りん

食べることは
 生きること

もうすぐ春休み!
 はる やす

新年度に向けて準備をする機会に

新年度が始まると、環境が変わり、心と体に負担がかかりやすくなります。春休み中も早寝・早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて体調を整えておきましょう。

★学校給食は皆さまが納める給食費からつくられます。納付期限は毎月10日となっております★

☆毎月10日までに納めるようにしましょう☆