

給食献立表

令和5年3月

石川県立盲学校

今月の行事 ひなまつり 3月3日のひなまつりの日は、桃の節句・上巳(じょうし)の節句とも呼ばれる、女の子の健やかな成長を願う行事です。 元々、紙で人形を作り、子どもの病氣やけがなどの悪いことを人形に引き受けてもらって川に流す「流しびな」が始まりでした。その後、「流しびな」と宮中の「人形遊び」が結びついて、今のかたちの「ひなまつり」に発展しました。		3/1 (水) ハンバーグカレー ほうれん草とコーンのサラダ 果物 旬のかんきつ	2 (木) 鮭ちらし寿司 菜の花サラダ お吸い物 ひなあられ ひなまつり 献立 	3 (金) パン 鶏のピザソース焼き付) 焼きパプリカ マカロニのペペロンチーノ風 かぼちゃスープ
6 (月) ご飯 サバ缶トマト鍋 エビのフリット 付) ブロッコリー 豆乳パンナコッタ 生徒が授業で立てた献立です	7 (火) えびピラフ 付) フランクフルト ポテトツナサラダ 卵とレタスのスープ	8 (水) 高山ラーメン風 焼き餃子 リクエスト 付) ゆでもやし ほうれん草のナムル	9 (木) 赤飯 卒業お祝い献立 鶏のから揚げ 付) ゆで野菜 切干大根の煮物 紅白のすまし汁 お祝いデザート	10 (金) 卒業式 
13 (月) ご飯 千草焼き 付) 粉ふきいも 切干大根の炒め煮 豚肉と白菜のみそ汁	14 (火) ひじきごはん 魚の石垣焼き(さば) 付) 青菜お浸し 具沢山なめこ汁	15 (水) 和風シーフードパスタ ダブルいもサラダ 鶏挽肉とトマトのスープ	16 (木) ご飯 車麩のから揚げソースかけ 付) 人参甘煮 しらすと野菜のお浸し のっぺい汁	17 (金) パン 豆入キーマカレー おからツナサラダ 野菜スープ
22 (水) かやくうどん きびなごカリカリフライ 付) アーモンドあえ ヨーグルト	23 (木) ご飯 麻婆豆腐 春雨サラダ リクエスト ワンタンスープ	24 (金) 終業式 	今年度も残すところあと1か月。この1年間、リクエスト給食など毎日の給食の時間、みなさんのうれしい笑顔に出会うことができました。「おいしかった」「ごちそうさま」の音がスタッフの大きな励みになっています。来年度も給食室一同頑張っていきます。 卒業生の皆さんは、これからは自分で食事を選ぶ機会が増えますので、給食のことを思い出して、健康的な食生活を送られるよう願っています。一年間、ご理解とご協力をいただきありがとうございました。	

*牛乳は毎日つきます。

*都合により献立を変更することがあります。

☑一年間の食生活を振り返ろう！☑

今の学年で過ごす最後の月となりました。この一年間の食生活を振り返ってみましょう。

給食の時間の過ごし方や、家庭での毎日の食事の仕方などは、どうでしたか。

よくできたこと、できるようになったことに☑(チェック)を入れましょう。

<input type="checkbox"/> 食事の前に手をきれいに洗った 	<input type="checkbox"/> マナーを守って食事をした 	<input type="checkbox"/> 食べ物に興味を持つことができた 	<input type="checkbox"/> 感謝の気持ちを持って食べた 
<input type="checkbox"/> バランスの良い食事のとり方がわかった 	<input type="checkbox"/> よくかんで味わって食べた 	<input type="checkbox"/> 苦手な食べ物にチャレンジした 	<input type="checkbox"/> 朝ごはんを毎日食べた 