

# 給食献立表

令和6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、子どもの病気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 (金)

セルフハンバーガー

(パン・ハンバーグ・スライスチーズ)

自分でパンに挟んで  
食べてください

春キャベツのレモンサラダ

高野豆腐のコーンスープ

4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)
ご飯 とんてき(三重) 付) 織キャベツ 里芋の煮物 のりのすまし汁 いもけんぴ	えびピラフ 付)ゆでウインナー 卵とレタスのスープ フルーツポンチ <b>リクエスト</b>	ハンバーグキーマカレー ブロッコリーサラダ デザート <b>リクエスト</b>	赤飯 <b>卒業お祝い献立</b> から揚げ風 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	卒業式 
11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)
ご飯 鮭の酢豚風 れんこんサラダ 打ち豆汁	中華丼 きびなごカリカリフライ 付)アーモンドあえ ヨーグルト	和風シーフードスパゲティ ひじき入りポテトサラダ トマトのスープ デザート	ご飯 青椒肉絲 春雨サラダ ワンタンスープ	パン 魚のグラタン 春のサラダ ジュリエヌ(細切り)スープ
18 (月)	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)
ご飯 味噌カツ(愛知) 付) 織キャベツ 里芋の梅肉和え なめこ汁	ひじきごはん 魚の西京焼風(さわら) 付)青菜お浸し めった汁(石川)	春分の日 	ご飯 鶏のごまパン粉焼き 付) 人参甘煮 揚げと蓮根のサラダ のっぺい汁	終業式 

\*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! ☑

いまの学年で過ごす、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"/> ①食事の前に手を きれいに洗った 	<input type="checkbox"/> ②マナーを守って 食事をした 	<input type="checkbox"/> ③食べ物に興味を持 つことができた 	<input type="checkbox"/> ④感謝の気持ちを持 って食べた <p>いただきます    ごちそうさま</p>
<input type="checkbox"/> ⑤バランスの良い食事 のとり方がわかった 	<input type="checkbox"/> ⑥よくかんで 味わって食べた 	<input type="checkbox"/> ⑦苦手な食べ物に チャレンジした 	<input type="checkbox"/> ⑧朝ごはんを 毎日食べた <p>早寝、早起き    朝ごはん!</p>