



きゅうしょくだより



※牛乳は毎日つきます。
※物資の都合により献立が変更になることがあります。

由利本荘市北部学校給食センター

月	火	水	木	金
2日 815 kcal ・カツカレー ★ フルーツゼリーポンチ 中学3年生 受検応援メニュー	3日 617 kcal ・ちらし寿司 ・ほうれん草のごま和え ・花魁のすまし汁 ・ひなあられ ひなまつりメニュー	4日 639 kcal ・ごはん ・いわしのみそ煮 ・高野豆腐の炒め物 ・生わかめのみそ汁 西目産 生わかめ	5日 605 kcal ・セルフホットドッグ NEW ・コッペパン(切れ目入り) ・ウインナー ・トマトケチャップ ・サラダ ★ クリームシチュー	6日 671 kcal ・ごはん ★ 鶏肉の唐揚げ (2個) ★ 塩ナムル ・かぶのみそ汁
9日 592 kcal ・塩焼きそば ★ 中華コーンスープ ★ さつまいもチップス	10日 725 kcal ・ごはん ・にしんの照り煮 NEW ・ごまマヨサラダ ・肉じゃが	11日 640 kcal ・ごはん ・ささみのレモンソース ・塩昆布和え ・白菜のみそ汁	12日 632 kcal ★ スパゲティミートソース ・彩りサラダ ・お祝いいちごゼリー 	13日 卒業証書授与式
16日 718 kcal ・そばろ丼 ・もやしのみそ汁 ・アセロラミルクゼリー	17日 679 kcal ・ごはん ・シュウマイ(2個) ・ホイコーロウ ・生わかめのスープ 西目産 生わかめ	18日 605 kcal ・ごはん ・ちくわの磯辺揚げ ・筑前煮 ・小松菜のみそ汁	19日 695 kcal ・ハヤシライス ・コールスローサラダ 	

給食の時間や食生活を振り返ろう

今年度も残りわずかとなりました。毎日の給食の時間や普段の食生活はどうでしたか？1年間を振り返ってみましょう。

<input type="checkbox"/> 食事の前に石けんで手を洗うことができた 	<input type="checkbox"/> 協力して給食の準備や後かたづけができた 	<input type="checkbox"/> 1人分の量をきれいに盛りつけた 	<input type="checkbox"/> よくかんで食べることができた
<input type="checkbox"/> 好ききらいをしないで食べることができた 	<input type="checkbox"/> 楽しく食べることができた 	<input type="checkbox"/> 地域で育てられている食材がわかった 	<input type="checkbox"/> 感謝の気持ちをもって食べることができた

できたものには口にチェックを入れ、数を書いてみましょう。

できた数 / 8



西目産☆生わかめを味わおう

4日・17日の給食に登場

わかめは、乾燥品や塩蔵品があるため、一年中食べることができますが、わかめが収穫され、一番おいしく食べられる時期は「春」です。給食では由利本荘市西目町の漁港で水揚げされた新鮮な「生わかめ」を久栄丸さんから無料で提供していただきます。

Q: 仕事のやりがいはなんですか？
自分で育てたわかめがみなさんのところに届き、おいしいと喜んでもらえることです。

Q: 仕事で大変なことはなんですか？
海の仕事はとても危険なことが多いため、大変さを感じます。

Q: 給食を食べている子どもたちへメッセージをお願いします。
おいしいわかめをたくさん作ったので、みなさんもたくさん食べてください。

漁師さんにインタビューしました!



久栄丸 西目ハタハタ会 今野 貴広 さん



3月3日 ひなまつり

ひなまつりは、女の子の成長を祝う行事で、「桃の節句」とも言われます。給食では、ちらし寿司や花型の麩を散りばめたすまし汁、ひなあられを提供します。お楽しみに。



リクエスト給食

小学6年生と中学3年生のリクエストメニューを1月～3月の給食に取り入れます。★印(太字)の料理がリクエストメニューです。