



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 ・花麩のすまし汁 ・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 | 卒業証書授与式 |

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」を久柴丸さんから無料で提供していただきます。

Q: 仕事のやりがいは何ですか？
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何ですか？
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！



久柴丸 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。