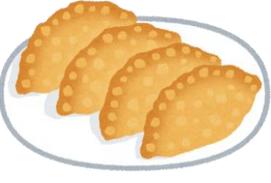




3月 給食献立表



港区立小中一貫教育校赤坂学園赤坂小学校

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
3日	4日	5日	6日	7日
<p>【行事食：桃の節句】</p> <p>ひなちらし寿司 野菜の辛し和え 茶わん蒸し ひな大豆 牛乳</p> 	<p>二色あげパン ワンタンスープ はるさめサラダ 牛乳</p>	<p>キムたくご飯 肉じゃが 野菜のごま酢あえ 牛乳</p> 	<p>【コラボ給食・誕生日給食】 今井シェフのポロネーゼ ポトフ 手作りシュークリーム 牛乳</p> 	<p>ご飯 さばのみそ煮 野菜の磯和え 豚汁 つぶつぶみかんゼリー 牛乳</p> 
<p>3月3日は上巳の節句や桃の節句とも呼ばれます。元々は、女の子のお祭りではなく、春を祝い、無病息災を願う厄払いの行事でした。</p>	<p>5年生～9年生のリクエストが多かったメニューです。揚げパンは、きなこ味とココア味の両方になります。</p>	<p>キムタクご飯は、9年生のリクエストです。キムタクご飯は、長野県の学校給食で出されていたメニューが人気になり、全国に広がりました。</p>	<p>みなとくしゅうてんがい 港区商店街コラボメニューです。あかさかみつけ 赤坂見附パール・デルソーレというお店の店主とタベルナイ今井シェフよりレシピを提供してもらいました。</p>	<p>さばのみそ煮、つぶつぶみかんゼリーは、リクエスト給食です。さばのみそ煮には使用する中さら糖は、すっきりとした甘さでありつつ、まろやかな風味が特徴の砂糖です。</p>
10日	11日	12日	13日	14日
<p>ご飯 たらの西京焼き じゃがいも金平 なめこ汁 牛乳</p>	<p>ひじきご飯 わかさぎの米粉あげ 白玉豆腐汁 牛乳</p>	<p>ピザトースト チキンクリームシチュー バジルドレッシングサラダ 牛乳</p>	<p>【6年生リクエスト給食】 みそラーメン ジャンボあげギョウザ サイダー入りフルーツポンチ 牛乳</p>	<p>ポークカレーライス コールスローサラダ プリン 牛乳</p> 
<p>リクエストアンケートには、和食献立のリクエストも多くありました。ご飯・たら・なめこ汁は、6年生～9年生のリクエストに入っていました。</p>	<p>港区では、米粉を使用した給食の提供回数を増やしています。今月は、わかさぎに米粉をつけて揚げました。</p>	<p>ピザトーストは、9年生のリクエスト給食です。食パンに手作りしたマトソースとチーズをのせて焼き上げます。</p>	<p>6年生以外の学年もリクエストが多かったメニューです。ジャンボあげギョウザの皮は直径15cmの特注品です。一つ一つ包み、揚げています。</p>	<p>今年度の給食では、ドライカレーなど多種のカレーを出しましたが、やはり1番人気はいつものカレーライス！リクエストにも「普通のカレー！」と書かれていました。</p>
17日	18日	19日	20日	21日
<p>【9年生卒業お祝い献立】 赤飯 松風焼き 菜の花入り野菜のお浸し すまし汁 紅白白玉団子 牛乳</p> 	<p>【9年生リクエスト給食】 わかめご飯 とりのからあげ&ヤンニョムチキン パリパリサラダ 中華風コーンスープ 牛乳</p>	<p>【赤坂バーカリー】 手作りウィンナーパン シーザーサラダ ABCスープ 牛乳</p> 	<p>春分の日</p> 	<p>【6年生卒業お祝い献立】 たい飯 紅白もち米団子 かきたま汁 お祝いチョコレートケーキ 牛乳</p> 
<p>9年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます！この先の健康と幸せを願い、赤飯にしました。昔から、赤い色には悪い気を追い払う力があると信じられてきました。</p>	<p>9年生は、最後の給食です。とり肉のからあげとヤンニョムチキンを合盛りにししました。パリパリサラダは、6～9年までのリクエストNo.1でした。</p>	<p>月に一度の赤坂バーカリーです。今月は、ウィンナーにパン生地を巻いて焼いた手作りウィンナーパンです。小麦粉は北海道産「春よ恋」を使用します。</p>	<p>あかさかしょうがっこう 今年度最後の給食です。6年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます！この日は「おめでたい」の語呂合わせで鯛飯にしました。</p>	
<p>給食の写真や調理中の様子をホームページに掲載しています。ご覧ください。</p> 	<p>3月の給食目標 「マナーを守って楽しく食べよう」 3月は1年のまとめとして、食事のマナーを意識しましょう。 ☑チェックポイント☑ ・いすの座り方 ・食べる時の姿勢 ・食器の位置 ・食器を持って食べているか ・はしの使い方 ・声の大きさ</p> 	<p>★リクエスト給食★ 卒業する6年生、9年生に給食の好きなメニューを教えてくださいました。3月の給食にリクエストメニューとして登場します。お楽しみに！ ★人気メニュー★ ・ジャンボあげぎょうざ ・ラーメン ・揚げパン ・からあげ ・パリパリサラダ</p> 		
<p>【3月栄養素等摂取量(4年生)】 エネルギー:664kcal たんぱく質:26.9g</p>				