



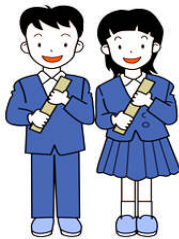
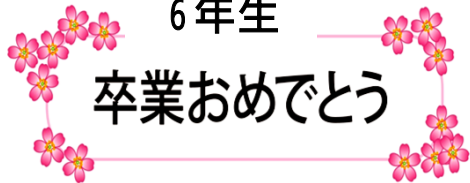
3月こんだてひょう



まいづるしりつしらくしやうがっこう
舞鶴市立志楽小学校
平成30年2月28日

6年生

卒業おめでとう



3月のこんだては、6年生のリクエストをもとに、えいようのバランスなどを考えて組み合わせました。がついているのは、6年生からリクエストがあったものです。

【今月の地産地消】

魚・・・ハタハタ(7日)、ハマチ(14日)



舞鶴のさかな
牛乳は毎日つきます

<3月のめあて>

一年間をふりかえり、楽しく給食を食べよう!

- ・あいさつはできましたか? (「いただきます」「ごちそうさま」)
- ・手洗いはきちんとできましたか?
- ・準備や後片付けなどが協力してできましたか?
- ・食事のマナーを守り、楽しく食べることができましたか?
- ・すききらいせずに、何でも食べられるようになりましたか?



5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)
ごはん 牛乳 さばのみそ煮 豚汁	ミルクパン 牛乳 キャロット焼きセレクト (白身魚・鶏肉) 南瓜のポタージュ	かやくごはん 牛乳 ハタハタのから揚げ 豆腐のみそ汁	揚げパンセレクト 牛乳 じゃが芋のチーズ煮 コンソメスープ	麦ごはん 牛乳 マーボー豆腐 小松菜とじゃこの炒め煮
魚のメニューの中でも、「さばのみそ煮」はとても人気があります。6年生の多くの人からリクエストがありました。給食では、大きな鉄の釜でたくさんのお魚をコトコト煮ます。冷めていく間にも味がしみていきます。ごはんに入れて、ごはんといっしょに食べるといいですね。	セレクトの結果は、427人のうち白身魚・・・178人、鶏肉・・・249人でした。どちらも、6年生の多くの人からリクエストがありました。白身魚は「ホキ」、鶏肉は「むね肉」です。	【地産産物の日】ハタハタ まいづるさんさかな舞鶴産の魚です。から揚げにすると骨ごと食べることができます。「エテカレイのから揚げ」のリクエストもありました。何度も給食で食べているうちに骨付きの魚も上手に食べることができるようになりましたね。	セレクトの結果は、427人のうちきな粉揚げパン・・・78人、ココア揚げパン・・・187人、まっ茶揚げパン・・・136人、コッパンとジャム・・・26人でした。	「マーボー豆腐」は人気があります。みじん切りにした生姜やトウバンジャンが味を引き立て、ごまの香りで食もすすみます。豆腐、小松菜、じゃこは、カルシウムを多く含む食べ物です。カルシウムがしっかり摂れます。
12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)
わかめごはん 牛乳 おでん ごま酢和え	国産小麦パン 牛乳 小松菜のクリームスパゲティ 根菜チップス	キムチチャーハン 牛乳 ハマチのカレー竜田揚げ 中華風スープ	小型パン、ジャム 牛乳 きつねうどん ゆかり和え	(麦ごはん) カレーライス 牛乳 フルーツポンチ 福神漬 お楽しみデザート
「わかめごはん」は6年生の多くの人からリクエストがありました。「ゆかりごはん」をリクエストしてくれた人もいました。特に気に入っているものとして、「おでん」を書いてくれた人がいました。「はんぺんが入るといいな」の声に応えて、はんぺんが入ったおでんにします。	【地産産物の日】ハマチ まいづるさんさかな舞鶴産の魚です。成長とともに名前が変わる魚です。舞鶴では、体長30cm前後のものが「ツバス」、40cm前後のものが「ハマチ」、70cm前後にまで成長すると「ブリ」とよばれます。	【地産産物の日】ハマチ まいづるさんさかな舞鶴産の魚です。成長とともに名前が変わる魚です。舞鶴では、体長30cm前後のものが「ツバス」、40cm前後のものが「ハマチ」、70cm前後にまで成長すると「ブリ」とよばれます。	めん類では、ラーメンや焼きそば、にゅうめんをリクエストしてくれた人もありましたが「うどん」のリクエストが多かったです。給食で出てきたのは「きつねうどん」のほかに、「かやくうどん」、「親子うどん」、「ちゃんこうどん」、「カレーうどん」がありました。	今年度最後の給食は、みんなに人気の「カレーライス」と「フルーツポンチ」です。「お楽しみデザート」がつきます。それぞれの学級で楽しく食べて、思い出に残る給食時間にして下さい。みんなで協力して、後片付けも最後まできちんとしてしまおう。

6年生からのメッセージを紹介します。

- ・もともと魚がきらいだったけど、給食の「さばのみそ煮」を食べてから魚がすきになりました。
- ・給食がとてもおいしく、元気で楽しい毎日がすごせました。ぼくたちが卒業しても、おいしい給食を作っていてください。
- ・「揚げパン」「フルーツポンチ」は、1年生の時からすきでした。
- ・素材の味などがしっかりと引き出されていて、おいしいです。
- ・リクエスト給食を楽しみにしています。
- ・いつも栄養のバランスを考え、おいしい給食を作ってください。ありがとうございます。6年生になって、残すことはほとんどなくなりました。

セレクトきゅうしょく

2回します。
じぶんがえらんだものを食べましよう!

6日(火)「キャロット焼き」

白身魚のキャロット焼き

鶏肉のキャロット焼き

8日(木)「揚げパン」

きな粉揚げパン

ココア揚げパン

まっ茶揚げパン

コッパンとジャム



「揚げパン」は、リクエストが多かったです。