

3月 学校給食よていこんだて表

※材料の都合などにより、献立の内容がかわることがありますのでご了承ください。

学校給食で使用するお米の産地について、令和4年度11月より産地地消を進めるため、千葉県産のお米を使用しておりますが、現在も福島県の3つのまちと交流をはかっており、お互いのまちのつながりを深めるため、東日本大震災にちなんだ3月と、市川の梨が最盛期になり食材で交流できる9月につきましては、会津産のお米を学校給食で使用します。ご理解・ご協力くださいますよう、よろしくお願いします。

日 (曜)	牛乳	主食 ごはん ばん・めん	おかず・デザートなど	こんだてについて ※カッコ内は、教科等と関連のあるところです。	食 品 名						栄養価 (えいようけ) エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g 食塩相当量 g	月平均栄養価 (えいようけ) エネルギー kcal たんぱく質 g 脂 質 g 食塩相当量 g
					おもにエネルギーのもとになる食品 (き)		おもに体をつくるもとになる食品 (あか)		おもに体の調子を整えるもとに なる食品(みどり)			
					たんすいかぶつ が多い	しぼうが多い	たんぱくしつが多い	むきしつが多い	カロチンが多い	その他のビタミン が多い		
3 (月)		ちらしずし	しろみぎかなのさいきょうやき おかかあえ すましじる もののゼリー	3月3日はひな祭り！それにちなみ、春の香りいっぱいのメニューです。	こめ さとう クールゼリーのもと	なたねあぶら	あぶらあげ さばぶし ほそぎりたまごやき ぼろみそ かつおぶしとり	こんぶ ぎゅうにゅう	にんじん きぬさや ほうれんそう こまつな	しいたけ たけのこ かんぴょう しょうが もやし ながねぎ だいこん	561 25.0 14.3 2.6	589 22.1 19.1 2.3
4 (火)		ソース やきそば	キャラメルポテト もやしのあえもの りんごのひとくちゼリー	レシピを教えてください！というリクエストがとても多かった「キャラメルポテト」です！	やきそばめん さつまいも でんぶん さとう ひとくちりんごゼリー	なたねあぶら ごま バター ごまあぶら	ぶた だいず	あおのり ぎゅうにゅう わかめ	にんじん こまつな	たまねぎ キャベツ もやし	644 20.8 28.1 2.7	
5 (水)		カレーライス	ほうれんそうとコーンのソテー はちみつレモンゼリー	新井小のカレーライスは、ルウからていねいに手作りをしています。	こめ こむぎこ じゃがいも さとう クールゼリーのもと はちみつ	バター なたねあぶら	とり ぶた いんげんまめ ベーコン	ぎゅうにゅう エダムチーズ ヨーグルト	にんじん トマトペースト ほうれんそう	たまねぎ にんにく しょうが りんご もやし コーン レモン	610 18.0 16.9 1.7	
6 (木)		よくばり あげパン	こまつなのマヨネーズあえ にくだんごスープ	人気のよくばり揚げパンです！小松菜のマヨネーズ和えも、いつもよく食べてくれています。	コッペパン さとう でんぶん マロニー	なたねあぶら エッグケアマヨネーズ ごまあぶら	きなこ まぐろ ぶた	ぎゅうにゅう	こまつな にんじん	しめじ もやし しょうが ながねぎ はくさい	574 21.2 25.0 2.2	
7 (金)		ちゅうかどん	ちゅうかもやし カレーまあぼ	カレーまあぼは、麻婆豆腐にカレー粉を入れて作っています。人気メニューの一つです。	こめ でんぶん さとう	なたねあぶら ごまあぶら ごま	ぶた とうふ みそ	ぎゅうにゅう	にんじん さやいんげん にら	にんにく しょうが たけのこ しいたけ はくさい ながねぎ もやし きゅうり	563 22.2 17.5 2.8	
10 (月)		とりにくのたき こみごはん	さつまいものてんぷら もやしサラダ だいこんのみそしる	さつまいもは、昔、食べ物が取れなくて困っていた時代に、「救荒作物」として作られました。「救荒作物」とは？くわしくは、当日のおたよりを見てね。	こめ さとう さつまいも こむぎこ	なたねあぶら ごまあぶら	さばぶし なまあげ とり あぶらあげ みそ	ぎゅうにゅう あおのり わかめ	にんじん きぬさや	しいたけ もやし きゅうり だいこん ながねぎ	567 21.4 19.7 2.7	
11 (火)		わかめごはん おにぎり	とんじる パナナ	防災給食の日 東日本大震災にちなみ、市川市立学校では3月11日を防災教育の日としています。3月は福島県産のお米を学校給食で使用することで、災害への備えや被災者への思いやりの心を育む機会としています。	こめ こんにやく		ぶた とうふ あぶらあげ みそ さばぶし	わかめごはんのもと ぎゅうにゅう	にんじん こまつな	ごぼう だいこん ながねぎ しいたけ パナナ	594 19.7 11.4 1.9	
12 (水)		おやこどん	もやしとわかめのあえもの にくじゃが アセロラのひとくちゼリー	肉じゃがに入っている「じゃがいも」。いろいろなお料理に使われる食材ですが、実はある「ビタミン」が多く含まれます。それは何でしょうか？くわしくは、当日のおたよりを見てね！	こめ むぎ さとう でんぶん じゃがいも しらたき	ごま なたねあぶら ごまあぶら	とり あぶらあげ たまご さばぶし ぶた なまあげ	ぎゅうにゅう わかめ	にんじん さやいんげん	たまねぎ ながねぎ もやし	623 27.7 19.0 2.8	
13 (木)		ごはん	こまつなぎょうざ ほうれんそうちゅうかあえ ちゅうかスープ オレンジゼリー	小松菜は、今の東京都江戸川区の「小松川」で多く作られていたので、「小松菜」と名づけられました。	こめ ぎょうざのかわ でんぶん こむぎこ さとう マロニー	なたねあぶら ごま ごまあぶら	ぶた とり とうふ	ぎゅうにゅう ひじき	こまつな にら ほうれんそう にんじん	キャベツ ながねぎ にんにく しょうが もやし オレンジジュース	555 18.3 16.7 1.7	
14 (金)		キャロットライ スクリーム ソースかけ	マセドアンサラダ ぐりとぐらのこめコカステラ	ホワイトデーにちなみ、白いクリームソースをかけたキャロットライスと、人気のぐりとぐらの米粉カステラを出します。	こめ こめこ じゃがいも さとう	なたねあぶら バター	ベーコン ハム たまご	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ アスパラガス	たまねぎ きゅうり コーン	642 16.9 24.8 1.3	
17 (月)		ごはん	さけのわふうマヨネーズやき なっとうあえ さつまじる オレンジ	人気の「さけの和風マヨネーズ焼き」卵アレルギーの児童に配慮して、給食では卵を使っていないマヨネーズを使用しています。	こめ さつまいも こんにやく	エッグケアマヨネーズ	さけ なっとう ぶた とうふ あぶらあげ みそ さばぶし	ぎゅうにゅう ちりめんじゃこ	こまつな にんじん	ごぼう だいこん ながねぎ しいたけ ネーブル	564 29.3 15.2 2.1	
18 (火)		そつぎょうおめでとうこんだて		何が出るかは、お楽しみです！	こめ さとう こめこ	なたねあぶら	あつやきたまご とり なた さばぶし	やきのり ぎゅうにゅう こんぶ	のざわな ミニトマト こまつな	かんぴょう しょうが にんにく ながねぎ だいこん	586 24.6 20.8 3.6	



1年間、新井小学校の子どもたちのために、毎日いっしょうけんめい給食づくりに取り組んでくださった給食室のスタッフの方々です。新井小のみなさんからの「今日の給食おいしかった！」「全部食べられたよ！」という言葉に何度も励まされました。リクエストボックスにも「おいしかった！」「給食いつもありがとうございます。」というお手紙を、何通もいただきました。そして今年度は、各クラスから全部の食缶が空になった「大完食」達成のお手紙をたくさんいただきました。1週間連続で大完食達成のクラスもありました。とてもうれしかったです！！本当にありがとうございました。卒業する6年生のみなさん一人一人の今後の人生が、喜びにあふれ、希望と輝きに満ちたものでありますように。給食室スタッフ一同、心から願っています！！

みなさん、ご卒業、おめでとう！！

ありがとう6年生！笑顔がはじけた、ナンバーワンこん立て

2月の給食に、6年生が家庭科の授業で考えてくれた「ナンバーワンこん立て」が登場しました。どれもおいしく彩りも良く、子どもたちに大人気でした。今年はジブリアニメとコラボした「ジブリ飯」「旅行に行った気分になれる韓国料理」などユニークなネーミングが多かったのが印象的でした。献立決定にあたっては、6年生に加えて5年生、教職員も参加した投票によりナンバーワン献立を決めましたが、投票にあたってはたくさんの子どもたちがメニュー一覧の前に集まり、大いに盛り上がりを見せました。

給食時間に各クラスに配付している「おたより」も、献立を作成した子どもたちに作ってもらい、当日の校内放送にも参加してもらいました。

献立を考えてくれたクラスへは、各クラスから「すごくおいしかったです！」「シチューがとろとろでおいしかった！」「今までにない発想がとてもおもしろかったです」「中学に行ってもがんばってください。」など、お礼のお手紙がたくさん届き、学年間の交流も生まれました。

子どもたちがこの学習を通して、自分たちが考えた献立が実際の食事として提供され、食べた人たちに喜んでもらえることのやりがいを学び、毎日の食事づくりへの興味関心を高めてくれたら、とても素晴らしいことだと思います。



2月5日 6の1
「旅行に行った気分になれる韓国料理」



2月20日 6の4「ジブリ飯」



2月26日 6の3「チーズとろける
あったかハンバーグ」

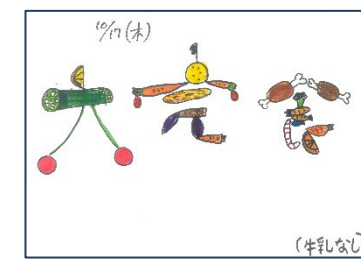
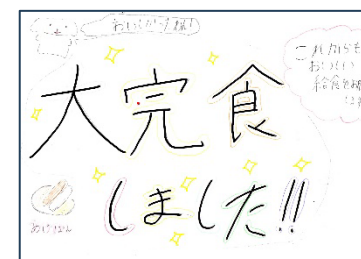
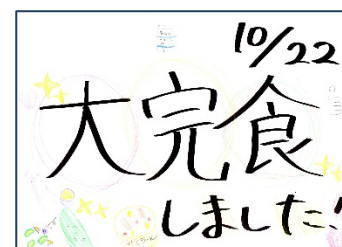
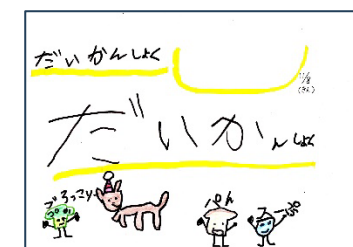
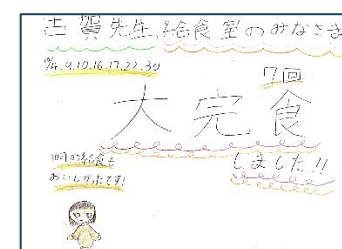
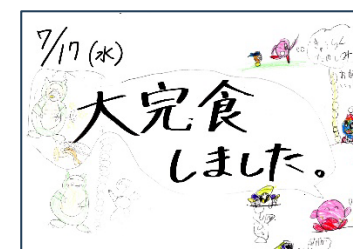


2月28日
6の2「私たちの理想の給食」

「大完食」おたよりの紹介

昨年度から、大完食（すべての食缶が空になること）を達成したクラスから、おたよりをもらうようになりました。おたよりをくれたクラスには、栄養教諭からお礼のおたよりを渡しています。その効果か、今年度の残菜率は2月21日現在で11.0%（昨年度の年間平均は12.4%）に減少しています。特に12月以降は冬場で欠席者数が増える傾向にもかかわらず、2月21日現在で9.6%と大幅に減少しています。ささやかなことですが、おたよりのやり取りが、子どもたちと給食室を結ぶきっかけになっていると思います。今後も無理のない範囲で、続けていけたらうれしいです。

各クラスからいただいたおたよりの一部をご紹介します。



栄養教諭からは、おたよりをくれたクラスに、お礼のおたよりを渡しています。

