



3月給食予定献立



Main table with columns for Date, Day, Menu Name, Ingredient Groups (1-6), and Nutritional Value. Includes special days like '防災教育の日' and '卒業証書授与式'.

献立は、都合により変更になる場合がありますのでご了承ください。

2月に使用した主な食材の産地は次のとおりです。

- List of ingredients and their production areas: 米・千葉県, 牛乳・千葉県, 豚肉・千葉県, etc.



何が出るか当日のお楽しみに♪



Summary table for '3月平均値' (March Average) showing Energy (803 kcal), Protein (33.4g), Fat (24.0g), and Salt (2.7g).

今年度1年生は181回、2年生は182回、3年生は162回給食がありました。1年間の給食は、よく噛んで味わえましたか？好き嫌いなく何でも食べたり、苦手なものも一口はチャレンジしたりできましたか？今食べているものが、未来の自分のからだを作ります。3月は締めくくりの月です。今年度の生活を振り返り、よりよい食生活を目指しましょう！

【よくあるダメな食事マナー】みんなが気持ちよく食事できるように気をつけましょう！



作ってくれた方へ感謝を込めて、片付けもきれいにできるといいですね！

＜衛生委員会より＞

1月と2月に衛生委員会による「3年生思い出リクエスト給食」を実施しました。1年生がアンケート集計、2年生が献立作成をしてくれました！★がリクエスト上位に入ったものです。どれも好評でした！ご紹介します。

3年生ありがとう献立(1月18日)
牛乳、★ごはん、★ハンバーグ
★キャベツコーンサラダ(サラダ)★豚汁
★お米deブルーベリータルト



栄養たくさん献立(1月30日)
★ごはん、★焼きししゃも★納豆和え
★肉じゃが、★甘夏ゼリー(ゼリー)、牛乳



中華料理献立(1月31日)
中華麺、★味噌ラーメン(具)
★鶏肉のから揚げ★ほうれん草のおひたし



感謝感謝献立(2月7日)
★きな粉揚げパン、★照り焼きチキン
★ごぼうサラダ、★ヨーグルト和え、牛乳



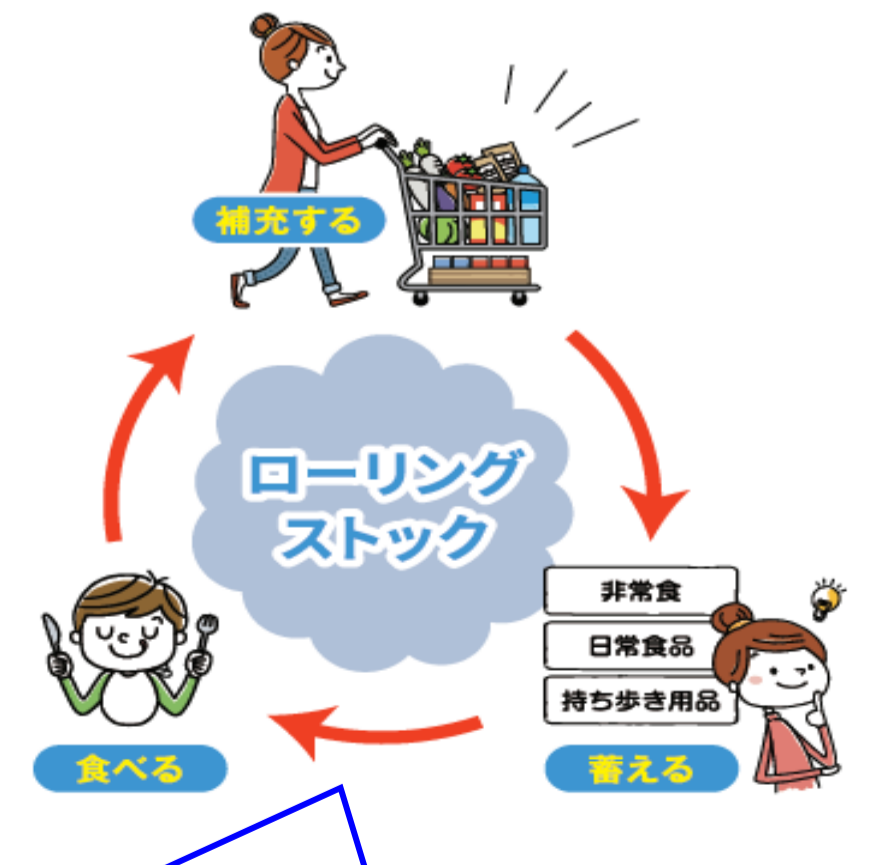
元気モリモリ3年生献立(2月15日)
★キムタクごはん、揚げぎょうざ
★春雨サラダ、にら卵スープ
★チョコチップクッキー、牛乳



お祝い献立(2月27日)
牛乳、ごはん、★チキンカレー
★ヒレカツ(肉類)、★コーンサラダ
★お米deお祝いガトーショコラ(ケーキ)



3月11日は市川市防災教育の日
東日本大震災から今年で13年です。
日本でも、毎年のように災害が起きていて、今年も元日に北陸で大きな地震がありました。災害が起こった時の避難場所や非常袋の置き場所などを家庭で話していますか？非常袋については、「ローリングストック」という言葉を知っていますか？これは日ごろから自宅で利用している食料品や日用品を少し多めに買い、使っていく中で減ったら補充することです。今から備えることが「減災」にもつながります。



食料は、家族の人数×最低3日分用意するようにしましょう！
出典：農林水産省「災害時に備えた食品ストックガイド」

【学校給食で使用するお米の産地について】
学校給食で使用するお米の産地について、令和4年度11月より地産地消を進めるため、千葉県で獲れたお米を使用していますが、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月については、福島県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、よろしくお願いいたします。(市川市教育委員会 保健体育課)

今年度も下貝塚中学校の給食に、ご理解・ご協力いただきありがとうございました。来年度もよろしくお願いいたします。