

# 献立表

3\*ちらしずし・\*ぶりのアサギ・ぎゅうにゅう  
月 なのはなあえ・あさり・ひなまつりデザート

今日の『ぶり』は、  
『生のぶり』を使います。  
冷凍とは一味違いますよ。

4\*こくろパン・\*リナサラダ・\*ヨーグルト  
\*キキピカタ・\*コーンポタージュ・ぎゅうにゅう

自分の作った献立についてひとこと  
女子な物をかきました。  
\*千早小学校6年生の\*  
栗崎 遙さんが考えてくれました。

5\*ごはん・\*あじの長持・あんかけ・ぎゅうにゅう  
\*こまつなのアモンド あえ みぞれ モモシックスゼリー

モモシックスゼリーは、センターで1つ1つ手作りです。  
黄・白桃を使って封。

6\*とろろ汁・\*はくさいのおひたし・\*お肉  
\*めざし・\*さつまもみぞろ・リンゴミニゼリー

めざしには、カルツウムがたくさんあります。  
食べれる人は、頭も食べてみてね。

7\*クロワッサン・\*はくさいのクリーム・\*グレープフルーツ  
\*ケチャップフランク・\*ブロックのソテー・ぎゅうにゅう

クロワッサンは、フランスのパンです。  
バターがたくさん入っていてサクサクしています。

10\*ごはん・\*きりぼしだいこんのしも・\*ネーブル  
\*さわらのこまみそ・\*ハート型おひたし・\*お肉

さわらとは、『魚春』と書きます。  
旬が春の魚です。  
ごまと白味噌を混ぜたのをぬって焼きます。

11\*コッペパン・\*ポテトサラダ・\*リンゴ  
\*とりのレモンあげ・\*マカロニ・\*スープ・\*ぎゅうにゅう

鶏肉には、ビタミンAが多く含まれています。  
粘膜を強くしてくれる力があります。

12\*ごはん・\*やきしほも・\*ミルク  
\*みそあじ・\*ほうれん草とえのきのあえ・\*ぎゅうにゅう

ミルクののみ方  
① 少し牛乳を飲む。  
② ココアパウダーを入れる。  
③ ストローでよく混ぜる。  
④ 飲みましょう。

13\*ケチャップライス・\*はくさいスープ・\*キャベツのヨーグルトサラダ・\*ケーキ

ヨーグルトには、乳酸菌が多く含まれていて腸を元気にしてくれます。

14\*ラーメン・\*カレーにまん・\*スタップえんどう・\*オレンジゼリー

初\*カレーにまんです。1つ1つ手作りです。  
スタップえんどうには、マヨネーズをつけて食べてみてね。

17\*たまごずし・\*ゆばのすまじり  
\*きんぴらごぼう・\*すだちゼリー・\*ぎゅうにゅう

今日で6年生は最後の給食になります。  
6年間の給食はどうでしたか？

19\*カレーライス・\*ナタデココヨーグルト  
\*ワカメサラダ・\*ぎゅうにゅう

3学期最後の給食は、みんな大好きな『カレーライス』です。  
たくさん食べてね。