令和7年度(令和8年)

３月分給食献立表

実施日	曜日	献立	栄養量 エネルギー kcal	栄養量 たんぱく質 g
2	月	麻婆豆腐丼　牛乳　中華サラダ ヌーミータン	648	28.0
3	火	**★ひなまつり　献立** ちらし寿司　牛乳　チキンフライ あられスープ	637	31.5
4	水	きつねうどん　牛乳　ぶたぺったん くだもの（せとか）	626	25.6
5	木	麦ごはん　ピリ辛のり　牛乳 チーズタッカルビ　ワカメスープ	542	22.4
6	金	ココアあげパン　牛乳 人参ドレサラダ　ポークシチュー	654	22.6
9	月	卵いり菜飯　牛乳　肉じゃが煮 えのきと豆腐のスープ	572	24.6
10	火	**★佃煮グランプリ優勝佃煮（５年生）** 麦ごはん　**ハムとのりの佃煮**　牛乳 鯖の塩焼き　豚汁	655	30.5
11	水	やきそば　牛乳　のり塩ビーンズ フルーツポンチサイダー	724	24.3
12	木	牛丼　牛乳　大根サラダ 味噌汁	752	22.0
13	金	チーズバーガー　牛乳　ヌードルスープ くだもの（きよみ）	731	32.6
16	月	鶏つくねの韓国丼　ジョア 中華卵スープ	551	22.3
17	火	スパゲッティミートソース　牛乳 パリパリサラダ　くだもの（いちご）	604	24.2
18	水	ポークカレーライス　牛乳 海藻サラダ　カルピスゼリー	635	19.1
19	木	ニシンの蒲焼丼　牛乳 ごまあえ　けんちん汁	526	15.9
23	月	**★お祝い給食** 萩中ラーメン　牛乳　いももち ミニデザート	689	30.7

おたより

日一日と日差しが伸びて春が近づいています。３月を迎え、学校は１年間の締めくくりの月となりました。１年間の反省をし、体調管理にも気をつけましょう。

★　佃煮グランプリ　優勝 佃煮　★

萩中小の５年生が、６チームに分かれ佃煮のオリジナルレシピを競い合う、名付けて「みんなで作る　オリジナル佃煮No.1 !!」が２月１４日の学校公開の日に開催されました。

見事優勝した５班チームの「海苔とハムの佃煮」を３月１０日の給食で再現し、提供します。

ハムの旨味と海苔のやさしい香りがマッチしていて絶品です！

★　６年生卒業おめでとうございます　★

６年生、いつもたくさん給食を食べてくれてありがとう！

ピカピカの状態で食缶が給食室に戻ってきたり、「おかわりください！」という声がとても嬉しかったです。

中学に行っても、たくさん食べて元気な身体を作ってくださいね！

「いただきます」

わたしたちの食事は、自然の恵みから成り立っています。生き物の命を食べていることを忘れないように、食前に感謝の気持ちをいいあらわします。

「ごちそうさま」

米や野菜をつくってくれる人、牛を育ててくれる人、魚をとってくれる人、食材を集めたり、料理したりしてくれた人に感謝を込めていいます。

「おいしかったです」

毎日料理してくれる給食室の人、おうちの人に、「いつもおいしく食べています。ありがとう」との気持ちを込めていいます。

（注1）栄養量は、中学年を1として考え、低学年0.85倍、高学年1.15倍とみてください。
（注2）食材料購入ならびに学校行事などの都合により献立を変更することがあります。

今月の目標は　　１年間の反省をしよう　です。

2026.3月　　大田区立萩中小学校