

# こんだて通信

  
令和 7年3月10日 (月)

## 献立・使用器具

- ・ちゃんこうどん
  - 〔 うどん ..... トング 2本
  - 〔 ちゃんこ汁 ..... 大おたま
- ・大根サラダ ..... ギザ玉
- ・抹茶パウンドケーキ ..... トング
- ・牛乳

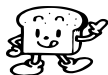
## 配膳図・目安量

ちゃんこ汁  
大おたま 1杯半  
\*めんがかくれるくらいたっぷり入れましょう。



大根サラダ  
ギザ玉 1杯

献立ひとくちメモ



## ♪3月バースデー&リクエスト給食♪

3月のお誕生日のみなさん、おめでとうございます♪



抹茶ケーキは、ホホワイト  
チョコチップを入れました。  
お祝いをしていただきま  
しょう！



今日の主な食材産地 にんじん：長崎県 しょうが：高知県 白菜：茨城県 牛乳、バター：北海道  
長ねぎ、小松菜、きゅうり：千葉県 大根：神奈川県 とりがら：宮崎県 さば削り節：静岡県  
ごま：中南米 鶏肉、たまご：国産 しいたけ：長野県東御市

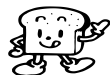
**ラクエスト  
メニュー**

- 〔ごはん・・・・・・・・・・しゃもじ2本
- 〔四川豆腐・・・・・・・・・・長おたま
- ・ワントンスープ・・・・・・・・・・大おたま
- ・しゅわしゅわポンチ・・・・・・・・・・おたま
- ・牛乳

ワンタンスープ  
おたま 1杯ちよつと



献立ひとくちメモ



## \* 3年生リクエスト給食 \*

## リクエストアンケート結果

3年1組

主食 あんかけ焼きそば 主菜 から揚げ  
副菜 みそ汁 デザート しゅわしゅわポンチ

3年2組

主食 ラーメン 主菜 から揚げ 副菜 大学芋  
デザート マーブルケーキ

3年3組

主食 しょうゆラーメン 主菜 **ロックチキン**  
副菜 パリパリサラダ デザート しゅわしゅわボンチ

3年4組

主食 揚げパン 主菜 揚げ餃子  
副菜 パリパリサラダ デザート フルーツポンチ

3年5組

主食 ジャージャー麺 主菜 **ロックチキン**  
副菜 パリパリサラダ デザート フルーツポンチ

3年6組

主食 ビスキュイパン 主菜 ロックチキン

今日の主な食材産地：米：秋田県 麦：福井、石川、富山県 にんじん、小松菜：千葉県  
しょうが：高知県 にんにく：青森県 もやし：栃木県 玉ねぎ：北海道 とりがら：宮崎県  
豚肉、にら：茨城県 干しいたけ：大分県 たけのこ：四国 黄桃缶：ギリシャ 長ねぎ：埼玉県

# こんだて通信



令和7年 3月13日（木）

## 献立・使用器具

- ・メキシカンライス . . . . . しゃもじ2本
- ・洋風たまご焼き . . . . . トング
- ・野菜スープ . . . . . 大おたま
- ・牛乳

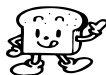
## 配膳図・目安量

メキシカンライス  
しゃもじ2杯程度



野菜スープ  
大おたま 1杯ちょっと

献立ひとくちメモ



## \* 洋風たまご焼き \*

弁当に大活躍！

### 卵を使ったおかず

卵は、ゆでたり、炒めたり、焼いたり、煮たり、いろいろな料理に使えて、栄養豊富な食品です。弁当のおかずいろいろな卵料理をつくってみませんか？



ゆで卵

いり卵

卵焼き

卵の巾着煮

スペイン風  
オムレツ



今日の主な食材産地：米：秋田県 麦：福井、石川、富山県 にんじん：徳島 しょうが：高知県  
ピーマン：茨城県 ジャガ芋：鹿児島県 パセリ：静岡県 バター：北海道



# こんだて通信



令和7年 3月14日（金）

## 献立・使用器具

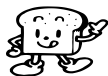
- さんまのかば焼き丼
  - ごはん ..... しゃもじ2本
  - さんまのかば焼き ..... トング
- 昆布サラダ ..... ギザ玉
- 豚汁 ..... 大おたま
- 清見オレンジ ..... 手袋
- 牛乳

## 配膳図・目安量

\* かば焼きのたれは、スプーンでかけてください。



献立ひとくちメモ



## \* かみかみ & 志茂田小6年生考案給食 \*

かむ回数を増やすために



かみこたえのある食べ物を食べる



飲み物や汁物などの水分で流し込まない



食材を大きく切る

かむ力をつけよう!



今日の主な食材産地：米：秋田県 麦：福井、石川、富山県 にんじん、小松菜：千葉県  
しょうが：高知県 きゃべつ：愛知県 ごぼう：青森県 大根：神奈川県 豚肉：茨城県  
じゃが芋：鹿児島県 長ねぎ：栃木県 清見：愛媛県 さんま：北海道、宮城県 削り節：静岡県