

3月

予定給食献立表

志木市立志木中学校

箸・スプーンは給食室で準備したものを全校で使っています。



令和5(2023)年度

Main menu table with columns for days of the week (月曜日 to 金曜日) and rows for specific dates (e.g., 4日, 5日, 11日). Each row includes food illustrations, names, and a detailed ingredient list with quantities.

<お知らせ> ※材料などの都合でその日の献立が変更になる場合があります。ご了承ください。 ※家庭科の学習する仲間分けに合わせた6群の記載になっています。フォントを小さくして1ヶ月入るように書きました。

献立について 3日がおひな祭りなのですが、日曜日なので1日がおひな祭り献立です。ひしもちと同じ色の「おひなさまゼリー」を3段で作ります。

春が少しずつ近づいてきていますね。春に出まわる「苦味のある菜花やうどなど」を食べることで、冬間に溜めこんだ老廃物を身体から出してくれます。それらの野菜や、春にとれたものおいしいといわれるわかめ、めかぶ、桜えびなども献立に登場します。 1日 2日早いおひな祭りお祝い献立で「3色そばろ井」の具を使った「お祝いちらし寿司」です。 5日 新潟県の郷土料理です。佐藤旭先生のおうちの味を教えてくださいました。 6日 東京都練馬区の人気メニュー「練馬スパゲティ」です。デザートは給食室のリクエストです。 11日 「3・11」を忘れない。東北復興応援献立で、宮城県の郷土料理の仙台油麩井と仙台芋煮、デザートは岩手の郷土料理「がんづき」です。 12日 宮崎県の郷土料理の「がね」です。?を使っているの、しっとりとした仕上がります。 13日 志木市の三枝農園でとれた「にんじんのラベ」で「にんじんのラベ」を作ります。 14日 千葉県郷土料理の「菜の花ご飯」「ひじきのふわふわ揚げ」「いわしのだんご汁」です。 19日 埼玉B級グルメに選ばれたさいたま市の「岩槻豆腐ラーメン」です。 21日 20日が春のお彼岸の中の日なので、きなこと小豆の「ぼたもち」を作ります。 22日 志木市でとれた黒米を入れた「おめでとご飯」、春を告げる「めばるの煮つけ」、春の香りの?を使って作る「春のきんぴら」、釜揚げ桜エビを使って作る「春のかきたま汁」の春爛漫献立で、デザートは「秘密のコロコロデザート」です。

1日 食卓見直し おひなさまゼリー お祝いちらし寿司 梅干キん 湯葉のおぼろ

おひな祭りお祝い献立 717kcal 32.5g

4日 ガーリックライス ハムサラダ 手作りラザニア

5日 手作りなめたけ 車麩の揚げ煮 のべパスタ

6日 ①スパゲティ②おひし③ツナ④のり 練馬スパゲティ キャラメルポテト パンパコ ケースサラダ

7日 中華丼 果物ほろひ 手作りワンタンスープ

8日 キンシロカササギ オニオンクラン スープ カレーピラフ キンシロ

イタリア料理 756kcal 24.9g

新潟県郷土料理 771kcal 30.4g

練馬区人気メニュー 882kcal 29.8g

771kcal 27.2g

フランス料理 738kcal 24.9g

11日 仙台油ふき かんづき 仙台芋煮

12日 めかぶうどん 果物日向夏 ガナ

13日 2カラーパン (フレンチトースト、ポテト) にんじんのラベ ラゼットのシートのスープ

14日 菜の花ご飯 ひじきのふわふわ揚げ いわしのだんご汁

15日 卒業式

東北応援献立 769kcal 27.3g

宮崎県郷土料理 751kcal 30.3g

お話し給食 797kcal 28.6g

千葉県郷土料理 752kcal 32.3g

18日 青のりご飯 ハニーマスタードチキン スンドゥブチゲ

19日 岩槻豆腐ラーメン 果物みずのスマイル 春のりホットピザ

20日 春分の日 3月の給食目標 1年間を振り返り、給食や食生活について考えよう 3月のコンセプト 春の食材で体を目覚めさせよう

21日 手作りぼたもち (あずきときなこ) 塩昆布天ぷら 麺入り田舎汁

22日 春のきんぴら めばるの煮つけ 春のかきたま汁 黒米入りおめでとご飯

韓国料理 825kcal 38.1g

さいたま市B級グルメ 882kcal 塩分 35.7g 2.5g

春のお彼岸献立 764kcal 塩分 27.9g 2.0g

春爛漫献立 721kcal 34.0g