

きれいに洗った「はし」と「スプーン」を忘れずにお持ちください。

# 3月予定 献立表

令和6年3月 大分大学教育学部附属小学校

| 日   | 献立名   | 体をつくる                         | 体を守る                                    | 体を動かす                         | エネルギーたんぱく質 |
|-----|---|-------------------------------|---|-------------------------------|------------|
| 1金  | <b>弁当日 (水筒)</b>    |                               |   |                               |            |
| 4月  | 白ごはん  |                               |   | 米                             | 549 kcal   |
|     | トリニータ丼  | とりにく                          | にんにく、しょうが、にら                            | サラダ油、さとう、ごま油、かたくりこ            | 23.1 g     |
|     | 具だくさんわかめスープ   | ベーコン(乳・卵なし)、わかめ               | たまねぎ、きくらげ、にんじん、とうもろこし、たけのこ、ねぎ           | ごま、ごま油                        |            |
| 5火  | 黒砂糖パン   |                               |   | ★黒砂糖パン                        | 549 kcal   |
|     | トマトミートオムレツ  | ★卵、とりにく                       | トマトケチャップ、たまねぎ                           |                               | 19.5 g     |
|     | アスパラとコーンのミルクスープ<br><u>(ラッキーにんじん入り)</u> ★  | ベーコン(乳・卵なし)、★牛乳、★生クリーム        | たまねぎ、にんじん、とうもろこし、とうもろこし、キャベツ、グリーンアスパラガス | サラダ油、★バター                     |            |
| 6水  | 白ごはん  |                               |   | 米                             | 559 kcal   |
|     | ポークカレー  | ぶたにく                          | にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、りんご、トマトケチャップ、枝豆     | サラダ油、じゃがいも、カレールウ              | 21.6 g     |
|     | 福神漬け  |                               | 福神漬け                                    |                               |            |
|     | 元気ヨーグルト   | ★ヨーグルト                        |   |                               |            |
| 7木  | <b>6年生卒業お祝いセレクト給食</b>   |                               |   |                               |            |
|     | ロールパン(卵なし)  |                               |   | ★ロールパン                        | 20.5 g     |
|     | ビーフシチュー   | ぎゅうにく、★生クリーム                  | にんにく、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、トマトピューレ、枝豆       | サラダ油、さとう、じゃがいも、ビーフシチュールー、★バター |            |
|     | アセロラゼリー   |                               |   | アセロラゼリー                       |            |
| 8金  | <b>弁当日 (水筒)</b>  |                               |   |                               |            |
| 11月 | 白ごはん  |                               |   | 米                             | 512 kcal   |
|     | 山形県の郷土料理「いも煮」   | ぶたにく                          | にんじん、だいこん、ごぼう、こんにやく、しめじだけ、ねぎ            | サラダ油、さといも、さとう                 | 20.1 g     |
|     | 小松菜のツナ和え  | まぐろ油漬け                        | にんじん、キャベツ、こまつな、とうもろこし                   | さとう、ごま油                       |            |
| 12火 | コッペパン   |                               |   | ★コッペパン                        | 580 kcal   |
|     | 彩り野菜とキャベツのミンチカツ   | ぶたにく、とりにく                     | たまねぎ、にんじん、枝豆、とうもろこし、キャベツ、しょうが           | サラダ油、さとう、パン粉                  | 21.6 g     |
|     | ボルトガルの料理「カルドベルテ」  | ウィンナー(乳・卵なし)、★牛乳、★生クリーム       | たまねぎ、にんにく、キャベツ                          | オリーブ油、じゃがいも、★バター              |            |
| 13水 | <b>卒業お祝い献立</b>  |                               |   |                               |            |
|     | お赤飯   |                               |   | お赤飯                           | 27.9 g     |
|     | とりにくの塩かぼすから揚げ   | とりにく                          | にんにく、しょうが、かぼす                           | かたくり粉、小麦粉、サラダ油                |            |
|     | のっぺい汁   | だしこんぶ、だしかつお節、とりにく、油揚げ、とうふ     | 干しいたけ、にんじん、だいこん、ねぎ                      | こんにやく、さといも、かたくり粉              |            |
| 14木 | 減量コッペパン   |                               |   | ★コッペパン                        | 595 kcal   |
|     | スパゲティナポリタン  | ウィンナー(乳・卵なし)、ベーコン(乳・卵なし)、★チーズ | にんにく、たまねぎ、にんじん、トマトピューレ、トマトケチャップ、ピーマン    | オリーブ油、さとう、スパゲティ               | 22.2 g     |
|     | コールスローサラダ   | ロースハム(乳・卵なし)                  | にんじん、とうもろこし、キャベツ、きゅうり                   | ★コールスロードレッシング(卵)              |            |
| 15金 | <b>卒業式</b>  |                               |   |                               |            |
| 18月 | 減量ゆかりごはん  |                               | ゆかり                                     | 米                             | 593 kcal   |
|     | 大豆と豆腐のフライ(白身魚)  | 白身魚、大豆、とうふ、かつお節               | にんじん、たまねぎ、しいたけ                          | サラダ油、ごま、さとう、パン粉               | 27.0 g     |
|     | カレーうどん  | だしこんぶ、だしかつお節、ぶたにく             | たまねぎ、にんじん、ねぎ、ほうれんそう                     | サラダ油、うどん、かたくり粉                |            |
| 19火 | <b>修了式</b>  |                               |   |                               |            |

- ・材料などの都合により献立を変更する場合があります。
- ・給食がある日は必ず、飲用牛乳がつきます。
- ・そば、卵、乳、落花生、えび、かに 計6品目の食物アレルギー原因食品には★がついています。
- ・令和6年度の給食は、4月9日(火)から始まります。おはしとスプーンを忘れないようにお願いします。
- ・予定献立表は、4月8日(月)前期始業式に配付します。

## お知らせ

## 1. 献立について

3月7日(木)は6年生卒業思い出セレクト給食を実施します。ねらいは次の通りです。

- ・ セレクト給食の料理について栄養素のバランスを考え、選択することを通して、家庭科で学習したことを振り返りながら食べることができる。
- ・ セレクト給食の時間の過ごし方について食事のマナーに気をつけたり、会食にふさわしい会話を心がけたりすることを通して、周りを考えながら、楽しく、食事することができる。
- ・ 給食について6年間の思い出を振り返ったり、給食に携わる人たちの思いを考えたりすることを通して、感謝の気持ちを持って食べることができる。

6年生にとって小学校での給食がよい思い出となるよう、心を込めて作ります。

## 2. 世界の料理・日本の郷土料理について

世界の料理はポルトガルの「カルドベルデ」を提供します。「カルドベルデ」のポルトガル語の綴りは「Caldo verde」です。カルド(Caldo)はスープ類、ベルデ(Verde)は緑を意味します。本場ではケール(チリメンキャベツ)という緑の濃いキャベツ味の野菜を刻んで入れることから料理名にベルデ(緑)がつけられています。給食ではケールの代わりにキャベツを使用します。

日本の郷土料理は「山形県」の「いも煮」を提供します。里芋やこんにゃく、ねぎ、きのこ類、季節の野菜などを主な具材とした鍋料理です。江戸時代、京都との文化交流から入ってきた料理がルーツとされます。稲刈りが終わる秋に食べごろを迎える里芋は古くから庶民の味として親しまれており、里芋を用いた収穫祭や地域交流の場として屋外で大きな鍋を囲む「芋煮会」は300年程前より行われていました。

豚肉を用いる庄内風、牛肉を用いる内陸風など、地域により様々な形で受け継がれています。今回、給食では庄内風を作ります。

| 提供月   | 国       | 世界の料理        | 都道府県 | 日本の郷土料理  |
|-------|---------|--------------|------|----------|
| 4月    | スコットランド | レンティルスープ     | 山梨県  | かつ丼      |
| 5月    | 韓国      | チャプチェ・トックスープ | 神奈川県 | けんちん汁    |
| 6月    | ウェールズ   | 「カウル」        | 東京都  | 深川めし     |
| 7月    | 中国      | 「青椒肉絲」「酸辣湯」  | 埼玉県  | かてめし     |
| 8月・9月 | タイ      | カオマンガイ       | 群馬県  | 豆腐めし     |
| 10月   | チリ      | パイラ・マリーナ     | 新潟県  | 黄金汁      |
| 11月   | アルゼンチン  | ロクロ          | 千葉県  | イワシのだんご汁 |
| 12月   | スペイン    | マルタミコ        | 茨城県  | 煮合い      |
| 1月    | イタリア    | イタリアンハンバーグ   | 栃木県  | しもつかれ    |
|       | チリ      | ポジョ・アルベハド    |      |          |
|       | メキシコ    | タコス          |      |          |
| 2月    | フランス    | コック・オー・ヴァン   | 福島県  | こづゆ      |
| 3月    | ポルトガル   | カルドベルデ       | 山形県  | いも煮      |