



※ 食物アレルギーのある方は、「詳細献立表」を併せてご確認ください ※

進級・卒業のお祝い献立を取り入れ、春らしい
彩りの良い献立にしました。



今月の旬の食材: キャベツ・セロリ・ねぶかねぎ



富士宮市立学校給食センター
TEL: 0544-59-2131

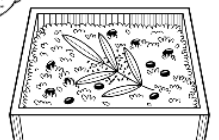
🍀 さかなの日は、ほねにきをつけて、よくかんで食べましょう 🍀

Table with columns for Day, Meal Number, Dish Name, Ingredients, Nutritional Info (Energy, Protein, Fat, Carbs, Fiber), Seasonings, and Remarks. Includes special notices for '進級・卒業・お祝い献立' and 'ふるさと給食の日'.

おめでたい日の「赤飯」



もち米と小豆(あずき)やささげなどを蒸した赤飯は、お祝いの席などでよく食べられます。これは、赤飯には邪気を払うという意味があるからです。もともとは、凶事の時に赤飯を用いていましたが、「凶をかえて福にする」という縁起直しから慶事に食べられるようになったといわれています。現在でも、仏事に赤飯を食べる地域もあるようです。





※ 食物アレルギーのある方は、「詳細献立表」を併せてご確認ください ※

進級・卒業のお祝い献立を取り入れ、春らしい
彩りの良い献立にしました。



今月の旬の食材: キャベツ・セロリ・ねぶかねぎ



富士宮市立学校給食センター
TEL: 0544-59-2131

🍀 さかなの日は、ほねにきをつけて、よくかんで食べましょう 🍀

日 曜日	食 伍 番 号	こ ん だ て め い	は た ら き						調 味 料 ・ そ 他	エ ネ ル ギ ー たん ぱ く 質 脂 質 食 塩 炭 水 化 物	み な さ ん へ の ひ と こ と	
			お も に 体 を つ く る も と に な る 食 品		お も に 体 の 調 子 を 整 え る も と に な る 食 品		お も に エ ネ ル ギ ー の も と に な る 食 品					
			たん ぱ く 質	無 機 質	カ ロ テ ン	ビ タ ミ ン C 食 物 繊 維	炭 水 化 物	脂 質				
(木) 14	-	牛乳		★ぎゅうにゅう							736 kcal 35.1 g 18.8 g 2.5 g 111.5 g	今日のから揚げはひとり1つです。いつもより、大きいサイズの中から揚げです。
	-	ごはん					★ごはん					
	②	鶏肉のから揚げ	とりにく			しょうが にんにく	でんぷん	だいたあぶら	しょうゆ さけ			
	③	キャベツの塩昆布和え		しおこんぶ	★こまつな	★キャベツ		ごま	しお			
(金) 15	-	牛乳		★ぎゅうにゅう							749 kcal 34.9 g 26.8 g 3.5 g 98.9 g	カップオムレツは給食センターで一つ一つ手作りました。具たくさんでボリュームたっぷりです。
	-	パン					★パン					
	②	手作りカップオムレツ	★たまご ウイナー	★ぎゅうにゅう こなチーズ	パセリ	たまねぎ	じゃがいも	なまクリーム	しお こしょう			
	①	鶏肉と野菜のスープ	とりにく		にんじん	セロリ★キャベツ	じゃがいも		こんごうけずりぶし しるワイン しお こしょう しょうゆ			
(月) 18	-	牛乳		★ぎゅうにゅう							808 kcal 30.2 g 23.2 g 3.1 g 127.0 g	牛乳もご飯もデザートも富士宮産、カレーの豚肉も富士宮産です。
	-	う宮米(富士宮産コシヒカリ)					★ごはん					
	①	ポークカレー	★ぶたにく	スキムミルク	にんじん トマト	たまねぎ しょうが	にんにく しょうが	じゃがいも カレールー	こめあぶら	しお こしょう カレーこ あかワイン チャツネ ちゅうのソース		
	③	わかめサラダ		わかめ		★きゅうり	コーン		しお	あおじそドレッシング		
-	うみや〜こめのムース						★おこめのムース					

1年間のふりかえりチェック

給食の時間をふりかえって、できたものには□にチェックを入れましょう。

協力して給食の準備
することができた

1人分の量をきれいに
盛りつけた

楽しく会食することが
できた

バランスのよい食事の
とり方がわかった

地域の地場産物が
わかった

感謝の気持ちを持って
食べることができた