



月	火	水	木	金
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <h2 style="text-align: center;">3/3 ひな祭り</h2> </div> <div style="width: 40%;"> <p>3月3日は「ひな祭り」。女の子の健やかな成長を願ってお祝いをする日本の伝統行事です。現在のように、ひな人形を飾るようになったのは江戸時代のことで、もとは人形を身代わりにして邪気をはらう「流しびな」が起源とされます。行事食として、ちらしずし、はまぐりのお吸い物、ひしもち、ひなあられなど、華やかな食べ物が並びます。</p> </div> <div style="width: 25%;"> <p>はまぐりのお吸い物</p> <p>ちらしずし</p> </div> </div>				
<p>4 ビビンバの具 (ナムル)</p> <p>りんご ヨーグルト</p> <p>ビビンバの具 (豚肉と切り干し大根のいためもの)</p> <p>むぎごはん わかめスープ</p> <p>卒業お祝いこんだて</p> <p>中学校3年生の卒業をお祝いしましょう。</p>	<p>5 れんこんサラダ</p> <p>ほうれん草のグラタン</p> <p>食パン みかんジャム</p> <p>れんこんはハスの地下にある茎です。しゃきとした食感をいかしたサラダにしました。</p>	<p>6 昆布あえ</p> <p>お祝いデザート (中学校のみ)</p> <p>ひれカツの ケチャップソースかけ(小1中2)</p> <p>せきはん 一食ごま塩</p> <p>ゆばのすまし汁</p> <p>卒業お祝いこんだて</p> <p>中学校3年生の卒業をお祝いしましょう。</p>	<p>7 ちくぜんに</p> <p>さわらの西京焼き</p> <p>むぎごはん かきたま汁</p> <p>小学校のみ</p> <p>ごぼうはお腹の中を掃除してくれる食物繊維をたっぷり含んでいます。</p>	<p>1 なばなのおかかあえ</p> <p>ひな祭りデザート</p> <p>ちくわの磯辺揚げ(小2中3)</p> <p>きざみのり</p> <p>牛肉ちらし 手まりふのすまし汁</p> <p>ひなまつりこんだて</p> <p>3月3日のひなまつりにちなんだこんだてです。ちらしずしは、牛肉を使っていて食べごたえがあります。</p>
<p>11 キャベツのごまあえ</p> <p>菜の花コロッケ</p> <p>むぎごはん 白みそぶたじる</p> <p>和食は、ごはんを中心に、魚、豆、野菜、きのこ、海藻などさまざまな食品を食べることができ、栄養のバランスがととのやすい食事です。</p>	<p>12 ごぼうサラダ</p> <p>さけのマヨネーズ焼き</p> <p>米粉食パン サイコロスープ</p> <p>いちごミックスジャム</p> <p>衛生に気をつけて給食時間をすごすことはできましたか。とくに給食前の手洗いはこれからもいいに続けていきましょう。</p>	<p>13 チンゲンサイのアーモンドあえ</p> <p>豚肉のあんからめ</p> <p>むぎごはん ワンタンスープ</p> <p>主食を食べることで、脳のエネルギー源となり、考えたり、集中したりすることができます。きょうの主食はごはんです。おかずと組み合わせるとしっかりと食べましょう。</p>	<p>14 小松菜の磯あえ</p> <p>きなこ豆</p> <p>一食うどん けんちんうどんのしる</p> <p>輪之内町で育った黒豆と岐阜県産の大豆をカラッと揚げて、きなこをまぶしました。</p>	<p>8 厚揚げと大根のみそいため</p> <p>春巻き</p> <p>むぎごはん はくさいスープ</p> <p>すききらいなくなんでも食べることができていますか。食事は健康な体づくりのもとになります。苦手のものも一口から食べてみましょう。</p>
<p>18 五目きんぴら</p> <p>でこぼん</p> <p>さばのレモンじょうゆ焼き</p> <p>むぎごはん だいこんのみそしる</p> <p>今年度もかみかみメニューをとりにできました。よくかむと、だえきが出て、歯をきれいに保ってくれます。ほかにいいことがたくさんあります。</p>	<p>19 キャベツのサラダ</p> <p>ノンエッグタルタルソース</p> <p>白身魚のフライ</p> <p>黒パン 春まちにんじんのポタージュ</p> <p>★ 食育の日</p> <p>郡上市ひるがの産の春まちにんじんのピューレを使ったポタージュです。にんじんの甘さを味わいましょう。</p>	<h1 style="color: blue;">春分の日</h1>		<p>22 白菜のごまあえ</p> <p>お祝いデザート (小学校のみ)</p> <p>鶏肉のから揚げ(2)</p> <p>むぎごはん ハヤシライス</p> <p>さけわかごはん 花かまぼこのすましじる</p> <p>卒業お祝いこんだて</p> <p>小学校6年生の卒業をお祝いしましょう。</p>
<p>25 切り干し大根とツナのいため煮</p> <p>ぶた肉のしょうが焼き</p> <p>むぎごはん じゃがいものみそしる</p> <p>中学校のみ</p> <p>今年度最後の給食になりました。どのような食生活を送ったか、1年を振り返ってみましょう。</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="font-size: 2em;">❗</div> <div style="text-align: center;"> <h2 style="color: pink;">ご卒業おめでとうございます</h2> </div> <div style="font-size: 2em;">❗</div> </div> <p>「食べる」というのは、動物や植物など、いろいろな生き物の命をいただくことです。その命をつないで、私たちは「生きる」ことができます。また、多くの人の支えがあって「食べる」ことができます。これからも感謝の気持ちを忘れずに、「食べる」ことを大切にしてください。</p>			