



3月 給食だより



令和8年3月 輪之内町学校給食センター

月	火	水	木	金
2 なばなのおかか和え ひなまつり こんだて ひなまつり デザート さわらの塩こうじ焼き 牛肉ちらし 手まりふのすまし汁 一食さきみのり	3 れんこんごまドレサラダ 野菜たっぷり こんだて ほうれん草のグラタン 食パン いちごジャム ミネストローネ	4 海そうサラダ 一食青じそドレッシング 焼きウインナー(小1中2) むぎごはん ポークカレー	5 キャベツの塩昆布和え 卒業お祝い こんだて お祝い デザート ヒレカツケチャップ ソースかけ(中学校のみ) 菜めし ゆばのすまし汁	6 ツナごはんの具 お好み焼き風たまご焼き むぎごはん のっぺい汁
9 小松菜のごま和え あじのみそ焼き ひじきごはん 沢煮わん	10 二色ポテトサラダ 一食ノンエッグマヨネーズ フィレオチキン 米粉食パン 大根とウインナーの スープ	11 ブロッコリーのナムル ポークシューマイ(小2中3) むぎごはん 豆腐の中華煮	12 筑前煮 菜の花コロッケ むぎごはん 白みそ豚汁	13 ピピンパの具 (小松菜のナムル) アセロラムルクゼリー ピピンパの具 (肉とキムチのいためもの) むぎごはん わかめスープ
16 きんぴらごぼう ちくわの磯辺揚げ(小2中3) むぎごはん 鶏だんごの豆乳みそ汁	17 ブロッコリーのソテー さけのマヨネーズ焼き 黒パン サイコロスープ	18 ごぼうサラダ 菌ッピー こんだて いかフリッター(小2中3) むぎごはん ハヤシライスソース	19 大根の中華和え 食育の日 岐阜県産 ももゼリー 大豆の包み揚げ(小1中2) 一食中華めん しょうゆラーメンの スープ	20 春分の日 3月3日(火)は 野菜たっぷり献立 3日(火)の献立は9種類 一人分178g(小学校中学年量) の野菜を使用しています。 1日350gの野菜を食べよう!
23 切り干し大根のそぼろ炒め さばのレモンカレー焼き むぎごはん さつま汁	24 白菜のごま和え お祝い デザート (小学校のみ) 卒業 お祝い こんだて 鶏肉のから揚げ(2) さけわか ごはん 桜かまぼこのすまし汁	25 小松菜の磯和え 豚肉のねぎみそ焼き むぎごはん かきたま汁	今月の岐阜県産予定の食べ物 米(輪之内町) 牛乳 小麦粉 大豆 豆腐 もやし 干しいたけ 切り干し大根 小松菜 なばな(2日) こんにやく 18日は「菌ッピーこんだて」 よくかむことを意識して食べる料理には、菌ッピーくんや菌ッピーちゃんがついています。そして月に一度、8のつく日は、「菌ッピーこんだて」です	

※献立は、材料入荷の都合により、変更することがあります。

☆学校給食は、「学校給食地産地消推進事業」により、県・市町村・JAグループから一部助成をうけています。この事業では、安全でおいしい岐阜県産の農産物をたくさん使った給食をみなさんに食べてもらい、岐阜県の農産物のこと、農業のことを学んでもらいたいと考えています。

1年間の振り返りをしよう!

いよいよ3月、今の学年で過ごす日も残りわずかとなりました。皆さんは、日々の給食からどんなことを学んできたでしょうか? この1年を振り返り、できたことをチェックしてみましょう。

給食の前に手をきれいに洗えましたか? 	食事のあいさつは心を込めて言えましたか? いただきます	おはしを正しく使うことができましたか?
よくかんで味わって食べられましたか? 	バランスの良い食事のとり方がわかりましたか? バランス	自分に必要な量を考えることができましたか?
地域でとれる食べ物を知ることができましたか? 	行事食や郷土料理について知ることができましたか? 	楽しい給食時間を過ごせましたか?

ひな祭りの食べ物

ひしもち

緑・白・桃(ピンク)の3色を重ねた、菱形のもち。雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲く春の様子を表現しているとされ、色や形、重ね方など、地域によって違いがあります。

ひなあられ

もとはひしもちを砕いて作られていました。関東と関西で大きく異なり、関東地方では米粒形の甘いポン菓子、関西地方では直径1cmほどの丸形のあられが親しまれています。

白酒

桃の花びらを酒に浸した「桃花酒」を飲む風習がありましたが、江戸時代に「白酒」が売り出されると、たちまち人気を集めて定着しました。白酒はアルコールを含むため、子ども向けには、米麹から作る甘酒などが用いられます。

ちらしずし

酢飯の上に、縁起の良い食べ物、旬の食べ物を彩りよく散らしたおすし。ひな祭りの食べ物として定着したのは最近のことで、もとは、塩漬にした魚と米を発酵させた「なれずし」が食べられていたとされています。

はまぐりのうしお汁

はまぐりは、対になった貝殻でないと形がぴったり合わないことから、夫婦円満の象徴とされています。良い縁に恵まれて、幸せになれるようにという願いが込められています。

各地のひな菓子

- おこしもん (愛知県)
- いがまんじゅう (愛知県西三河地域)
- ひちぎり (京都府)
- おいり (鳥取県)
- からすみ (岐阜県)
- くしろもち (山形県)
- ひなまんじゅう (岩手県)
- うすまきもち (香川県)

ご卒業おめでとうございます

友だちや先生方と過ごした給食時間は、学校生活のかけがえのない思い出の一つとなっていることでしょう。給食が届くまでにはたくさんの人が関わっていて、皆さんを大切に思う気持ちが伝わっています。中学3年生のみなさんは、3月の給食が最後となります。これから先、少しでも給食のことを思い出してくれるとうれしいです。皆さんが元気で活躍できるよう応援しています。