



3月給食だより

令和5年度
高岡市立太田小学校

寒さも和らぎ、待ちに待った春もすぐそこまできていますね。今年度も最後の月となりました。一年間、学校給食の運営につきまして、ご理解とご協力をいただきありがとうございました。今月は、ひな祭り献立や卒業お祝い献立があります。楽しみにしててくださいね。

ご卒業おめでとうございます



今年度の給食もあと少しで終わりです。小学校の6年間を振り返るとともに、残りの日々も給食をしっかりと食べて、元気に学校生活を送ってほしいと思います。
中学校へ行っても、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。

3/3 ひな祭り



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。



ひしもちの意味

地域によって違いが見られますが、「緑・白・桃」の3色のもちを重ねたものが定番です。これは雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲くという、春の様子を表現しています。また、緑色には健康、白色には清浄、桃色には魔除けの願いが込められています。ひなあられは、もとはひしもちを砕いて作られていました。



3月 予定献立表

日	曜日	主食 牛乳	副食	献立
1	金	春色ちらし寿し 牛乳	えびフライ むらくも汁	小松菜としめじのひたし ひなゼリー 
4	月	ごはん 牛乳	卵のベーコン巻き ビーフカレー	かみかみナムル いちご
5	火	食パン 牛乳	ペンのミートソース きやべつのスープ	フライドポテト ヨーグルト・ブルーベリージャム
6	水	ごはん 牛乳	がんもの含め煮 さつま汁	かぶの昆布漬け 清見みかん
7	木	2/3コッペパン 牛乳	ししゃものフライ 五目ラーメン	ブロッコリーサラダ 干しプルーン
8	金	ごはん 牛乳	鮭の塩焼き 煮しめ	即席漬け 郷土食献立
11	月	栗赤飯 牛乳	鶏肉の香り揚げ 手まり麩の清汁	小松菜のひたし お祝いデザート 卒業お祝い献立
12	火	ごはん 牛乳	さばのホイル焼き 肉じゃが	ひじきの炒め煮 ももタルト
13	水	ごはん 牛乳	ひよこ豆の揚げがらめ 団子汁	ほうれん草と生椎茸のごまみそ 地場産品献立
14	木	揚げパン 牛乳	荒挽きウインナー ワンタンスープ	海藻サラダ いちご
15	金	ごはん 牛乳	春待ちきつね丼 じゃがいもとわかめのみそ汁	小籠包 青りんごゼリー 高岡食19丼献立
18	月			
19	火	食パン 牛乳	ブロッコリーとベーコンのキッシュ 春雨スープ	ごまごまサラダ いちごジャム
20	水			
21	木	黒糖コッペパン 牛乳	大豆入りミートローフ ポテトスープ	フルーツあえ ミルメーク

※都合により、献立を変更することがあります。

3月の平均栄養摂取量

エネルギー: 653kcal たんぱく質: 26.2g 脂質: 20.4g
参考: 栄養基準量は中学年の基準量(エネルギー: 650kcal たんぱく質: 21~33g 脂質: 14~22g)

❖お知らせ❖

来年度の給食開始は4月8日(月)です。

