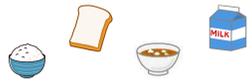




# 3がつのこんだてひょう



令和7年度 福津市立神興小学校

にち	よつび	牛乳	こんだてめい		いりこ	こんぶ	しょくひん			ねつりょう	たんぱくしつ	
			しゅしょく	おかず			からだをつくる	からだのちょうしをととのえる	エネルギーになる			
2	月	○	ちらしずし	ほうれんそうのごまあえ すましじる ひなあられ	-	-	ぎゅうにゅう とりにく あぶらあげ きんしたまご ツナとうふ	しいたけ にんじん ごぼう たけのこ いんげん こまつな ★もやし えのき ★ねぎ	こめ さとう ふ ひなあられ	570	24.4	
3	火	○	あげパン	ハンバーグ コンソメスープ アメリカンサラダ	-	○	ぎゅうにゅう きなこ ハンバーグ ベーコン ミックスビーンズ こんぶ	たまねぎ にんじん こまつな きくらげ ★キャベツ ★きゅうり コーン	パン あぶら さとう ポテトチップス	634	23.5	
4	水	○	むぎごはん	ししゃもフライ こまつなときりほしだいこんのあえもの じゃがいものみそじる	○	-	ぎゅうにゅう ししゃも ツナとうふ わかめ あぶらあげ ★みそ いりこ	★こまつな にんじん きりぼし たまねぎ ★ねぎ	こめ むぎ あぶら さとう じゃがいも	608	22.5	
5	木	○	むぎごはん	ジャージャン豆腐 ちゅうかあえ シュウマイ	-	-	ぎゅうにゅう ぶたにく あつあげ シュウマイ	しいたけ にんじん ★キャベツ たけのこ ふかねぎ きくらげ しょうが にんにく ★もやし きゅうり	こめ むぎ あぶら さとう でんぶん ごまあぶら	633	25.0	
6	金	○	 おたのしみきゅうしょく 								685	23.9
9	月	○	むぎごはん	カレーライス フルーツヨーグルト ふくじんづけ	○	-	ぎゅうにゅう ぶたにく きんときまめ チーズ ヨーグルト いりこ	にんじん たまねぎ しょうが にんにく えだまめ りんご みかん おとう ふくじんづけ	こめ むぎ じゃがいも あぶら	682	22.2	
10	火	○	とりめし	れんこんサラダ むらくもじる	-	-	ぎゅうにゅう とりにく ハム たまご かまぼことうふ	にんじん ごぼう にんにく れんこん コーン ★きゅうり きくらげ ★こまつな	こめ さとう りんごジャム あぶら マヨネーズ でんぶん	588	23.4	
11	水	○	むぎごはん	さけのおやき もやしのおかかあえ とうふとえのきのみそじる	-	-	ぎゅうにゅう さけ かつおぶし あぶらあげ わかめとうふ ★みそ	★もやし にんじん ★ほうれんそう えのき ★ねぎ	こめ むぎ さとう	548	26.5	
12	木	○	コッパン	ミートソーススパゲッティ まめサラダ チョコだいち	-	-	ぎゅうにゅう ぎゅうにく とりレバー ミックスビーンズ ツナ	にんじん たまねぎ マッシュルーム パセリ えだまめ コーン ★きゅうり ★いちご	パン スパゲティー さとう あぶら マヨネーズ チョコだいち	707	27.5	
13	金	○	たいめし	からあげ ブロッコリーサラダ すましじる	-	-	ぎゅうにゅう ★まだい とりにく とうふ はんぺん	しょうが にんにく ブロッコリー コーン えのき ★ねぎ	こめ はくりきこ ★こめ あぶら	621	29.7	
16	月	○	むぎごはん	いわしおかに ビーフンサラダ キャベツのみそじる	-	-	ぎゅうにゅう いわしおかに ハム わかめ あぶらあげ ★みそ	★きゅうり にんじん きくらげ ★キャベツ たまねぎ ★ねぎ	こめ むぎ ビーフン あぶら ごまあぶら さとう	605	21.8	
17	火	 そつぎょうしき 										
18	水	○	むぎごはん	じゃがいものそばろに あさづけ だいちのシャリシャリあげ	-	-	ぎゅうにゅう ぶたにく しおこんぶ だいち	たまねぎ にんじん しいたけ えだまめ こんにゃく ★だいこん ★キャベツ	こめ むぎ じゃがいも あぶら さとう でんぶん	654	22.8	

★は「ふれあい広場ふくま」「あんずの里」「福津いいざい」から地元のものを納品してもらっています。

※ 都合により献立が変更になることがあります。ご了承ください。



## 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のでしょうか？ この1年間を振り返り、できたことをチェックしてみましょう。



## ご卒業おめでとうございます

友達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詰まっています。これから先、困難にぶつかることがあったら、ぜひ給食のことを思い出してください。皆さんが元気で活躍できるように、いつまでも応援しています。



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