



日	曜	①今日のこんだて	②今日のおはなし
1	火	スライスパン 牛乳 パンプキンスープ ロールキャベツ イタリアンサラダ いちごジャム	きょう 今日はいちごジャムのおはなし。 きょう 今日のいちごジャムは、岡崎産のいちごを使って作られたジャムです。『とちおとめ』という品種のいちごで、酸味が少なく、甘くてジューシーないちごです。そのいちごを、たっぷり使って、岡崎市でおいしいジャムを作りました。
2	水	ご飯 牛乳 豆じゃが いわしの八丁みそ煮 たくあん和え	きょう はつちよう 今日は八丁みそのおはなし。 おかざきし え どじだい つく はつちよう だいず 岡崎市で江戸時代から作られている八丁みそは、大豆を使って作られた豆みそです。今日の給食では、いわしを八丁みそと砂糖とみりんで甘辛く煮付けました。八丁みそに凝縮された、大豆のうまみを味わいましょう。
3	木	ちらしずし 牛乳 ひじきつみれ汁 ヒレカツ いがまんじゅう	きょう 今日はいがまんじゅうのおはなし。 あいちけん みかわちほう ふる つた いがまんじゅうは、愛知県の三河地方に古くから伝わる和菓子です。昔から、女の子の健やかな成長を願う行事の『ひな祭り』でよく食べられています。米粉を使ったもちであんこを包んで蒸すことで、もちもちの食感になります。
4	金	ご飯 牛乳 枝豆と豚肉のケチャップ煮 えびしゅうまい 高菜のいためもの	きょう たかな 今日は高菜のおはなし。 たかな くもとけん ふくおかけん つく 高菜は、熊本県や福岡県でたくさん作られています。そのまま食べることは少なく、おもに漬物にして食べられています。高菜の漬物は、油との相性がよく、炒めて食べると、よりいっそう高菜のおいしさが味わえます。
7	月	ご飯 牛乳 筑前煮 かれいフライ 油揚げと切干大根の煮付け ミニアセロラゼリー	きょう ちくぜん に 今日は筑前煮のおはなし。 ちくぜん に きゅうしゅう た きょうどりようり きゅうしゅう 筑前煮は、九州で食べられている郷土料理です。九州では『がめ煮』と言われ、いろいろなものを集めるという意味の『がめる』という方言から名づけられました。名前のとおり、いろいろな野菜と、とり肉を煮こんで作ります。
8	火	ご飯 牛乳 生揚げの含め煮 焼き花かまぼこ コーンともやしの和えもの わかめナッツ	きょう なまあ 今日は生揚げのおはなし。 なまあ どうふ あぶら あ つく なか なま どうふ 生揚げは、豆腐を油で揚げて作られます。中が生の豆腐の状態なので、『生揚げ』と呼ばれています。豆腐を厚く切って揚げるので、『厚揚げ』と呼ばれることもあります。揚げた香ばしさと豆腐のおいしさが、両方味わえます。



日	曜	①今日のこんだて	②今日のおはなし
9	水	<p>ごはん 牛乳 親子煮 けんちんしのだの みそナッツソースかけ れんこんのたらこ炒め</p>	<p>きょう 今日はこちらのおはなし。 たらこは、『すけとうだら』という魚の卵を塩漬けにした ものです。そのまま食べたり、焼いたり、和えたりできて いろいろな料理で使われています。ぷちぷちとした食感 が特徴です。</p>
10	木	<p>小型ロールパン 牛乳 スパゲッティイタリアン ミラノ風白身魚フライ ブロッコリー いちごクレープ</p>	<p>きょう今日はスパゲッティのおはなし。 スパゲッティはイタリアの代表的なめんです。デュラム小 麦という小麦粉を使って作ります。イタリアにはいろ んな種類のめんがありますが、長さによって名前が変わり、 2.5ミリよりも細い筒状のものをスパゲッティといいます。</p>
11	金	<p>ごはん 牛乳 豚肉とじゃがいもの煮付け ごぼう入りつくね ほうれん草のごま和え</p>	<p>きょう今日はほうれん草のおはなし。 冬が旬の野菜で、寒くなると甘味が増しておいしくなり ます。かぜから体を守るはたらきがあり、貧血を予防して くれる鉄分もたっぷり含まれています。残さず食べたい ですね。</p>
14	月	<p>麦ごはん 牛乳 かきたま汁 ハンバーグの みぞれソースかけ ツナとひじきの炒め煮</p>	<p>きょう今日はハンバーグのおはなし。 ハンバーグという名前は、ドイツの港町である『ハンブ ルグ』にちなんでつけられました。生肉に生卵を入れて 食べる『タルタルステーキ』が原型で、それを食べやすく したものが今のハンバーグになったといわれています。</p>
15	火	<p>マーボーめん 牛乳 ししゃもフリッター サンフルーツ</p>	<p>きょう今日はサンフルーツのおはなし。 サンフルーツの『サン』は英語で『太陽』という意味です。 太陽の光をたくさん浴びて作られたサンフルーツは、少 し甘酸っぱい春の味がします。3月～5月くらいしか食べ られない季節限定の味を楽しみましょう。</p>
16	水	<p>赤飯 牛乳 みそ汁 鶏肉の竜田揚げ キャベツの青じそ和え シューフルーツ</p>	<p>ねんせい6年生のみなさん、卒業おめでとうございます。 きょうきゅうしよく今日のおはなしには6年生の卒業祝いの意味をこめて、赤飯 がつかます。もち米を使っているのも、もちりとしたご飯 になっています。小学校生活最後の給食を、仲間とともに 楽しんで食べて下さいね。</p>



日	曜	①今日のこんだて	②今日のおはなし
17	木	レーズンロールパン 牛乳 あさりのチャウダー ほうれん草オムレツ ごぼうサラダ	きょう 今日はあさりのおはなし。 かい なかま 貝の仲間であるあさは、ふゆ はる 冬から春にかけてがおいしく た じき 食べられる時期です。とてもおいしいだしがでるので、 しる なか 汁の中に入れて、きょう きゅうしょく 今日の給食のようにチャウダーに た つくだに して食べます。佃煮にしてもおいしいですね。
22	火	ぎゅうどん 牛丼 ぎゅうにゅう 牛乳 けんちんじゅう けんちん汁 ネーブルオレンジ つぶ 粒アーモンド	きょう 今日はネーブルオレンジのおはなし。 るい なか あまみ つよ ネーブルオレンジは、かんきつ類の中でも甘味が強く た くだもの 食べやすい果物です。『ネーブル』は『へそ』という意味 で、くだもの うえ で、果物の上のほうにへそのようなでっぱりがあるので、 なまえ この名前がついたともいわれています。
23	水	むぎ 麦ごはん 牛乳 カレーシチュー ポークウインナー ちょうちょマカロニサラダ	きょう 今日はちょうちょマカロニのおはなし。 がつ げじゅん はる 3月も下旬になり、春らしくなってきましたね。今日の給食 はる かたち は、春をイメージして、ちょうちょの形のマカロニを使いま つか した。この形のマカロニを、イタリア語では『ファルファツレ』 といます。

