



※材料の都合により、献立内容を変更する場合があります。ご了承ください。

葛城市学校給食センター

Main menu table with columns for days (月, 火, 水, 木, 金) and rows for menu items, ingredients, and nutritional information. Includes a '卒業式' (Graduation Ceremony) section on Thursday.

食品群…赤:からだの血や肉になるもの 黄…からだの熱や力になるもの 緑…からだの調子をととのえるもの

アレルギー…卵:卵 乳:乳 比:えび 蟹:かに

ご卒業おめでとうございます

友達が先生と過ごした給食時間が、学校生活のかけがえのない思い出のひとつになっていたらうれしいです。給食がみなさんのところに届くまでには、たくさんの人が関わっていて、みなさんを大切に思う気持ちがいっぱい詰まっています。これから先、つらいことやくじけそうになることがあるかもしれません。そんなときは、ぜひ給食のことを思い出してくださいね。みなさんが元気に過ごせるように、いつまでも応援しています。そして、いつになっても楽しく食べることを忘れないでくださいね😊



～今月の地場産物～ *奈良県で生産・製造された食材を紹介します*

- 米・パン・ふしめん・こんにやく・じゃがいも・さといも・とりにくだんご
なめこ・キャベツ・だいこん・しろねぎ・はねぎ・ほうれんそう
やまとまなづけ・ならのかきピューレ・こめこマカロニ・こめこだんご



わすれないうでね



月		火		水		木		金	
献立名・材料名	食品群 アレルギー	献立名・材料名	食品群 アレルギー	献立名・材料名	食品群 アレルギー	献立名・材料名	食品群 アレルギー	献立名・材料名	食品群 アレルギー
16	ごはん 牛乳 グリルチキンの柿ソース 苺わかめのサラダ 豆乳スープ ヨーグルト	17	ごはん 牛乳 大和まなひき肉丼の具 ごま汁 白玉いちごソース	<div style="text-align: center;">  <h2 style="color: red;">ひな祭りのおはなし</h2> <p>ひな祭りの食べ物</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid red; padding: 5px; width: 30%;"> <h3 style="color: pink;">ひしもち</h3> <p>みどり しろ もも 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きれいですが、色や形、重ね方など、地域によって違いがあります。</p> </div> <div style="border: 1px solid green; padding: 5px; width: 30%;"> <h3 style="color: purple;">ひなあられ</h3> <p>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、関東地方では米粒の形の甘いポン菓子、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。</p> </div> <div style="border: 1px solid purple; padding: 5px; width: 30%;"> <h3 style="color: white;">白 酒</h3> <p>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み、子ども向けには、米麹から作る甘酒などが用いられます。</p> </div> <div style="border: 1px solid pink; padding: 5px; width: 30%;"> <h3 style="color: pink;">ちらしずし</h3> <p>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。</p> </div> <div style="border: 1px solid purple; padding: 5px; width: 30%;"> <h3 style="color: purple;">はまぐりのうしお汁</h3> <p>はまぐりは、対になった貝殻でないことから、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。</p> </div> </div> </div>					
ごはん	せいはいくまい	牛乳	せいはいくまい	ごはん	せいはいくまい	牛乳	せいはいくまい	ごはん	せいはいくまい
牛乳	赤	牛乳	赤	牛乳	赤	牛乳	赤	牛乳	赤
グリルチキンのかきソース	赤	やまとまなひきにくだんのぐ	赤	やまとまなづけ	赤	ふたひきにくだいず(クラッシュタイプ)	赤	きピーマン	赤
グリルチキン	赤	ふたひきにくだいず(クラッシュタイプ)	赤	きピーマン	赤	あかピーマン	赤	しょうが	赤
ならのかきピューレ	赤	あかピーマン	赤	しょうが	赤	こいくちしょうゆ	赤	さとう	赤
ソテーオニオン	赤	こいくちしょうゆ	赤	さとう	赤	ごまあぶら	赤	ごまじる	赤
しょうが	赤	ごまあぶら	赤	ごまじる	赤	だいこん	赤	にんじん	赤
にんにく	赤	だいこん	赤	にんじん	赤	こんにやく	赤	さつまいも	赤
こいくちしょうゆ	赤	こんにやく	赤	さつまいも	赤	とうふあげ	赤	はねぎ	赤
さとう	赤	とうふあげ	赤	はねぎ	赤	みそ	赤	だしパック	赤
す	赤	みそ	赤	だしパック	赤	みず	赤	いりすりごま	赤
トマトケチャップ	赤	いりすりごま	赤	ねりごま	赤	しらたまいちごソース	赤	いちごソース	赤
みず	赤	しらたまいちごソース	赤	いちごソース	赤				
くきわかめのサラダ	赤								
くきわかめ	赤								
きゅうり	赤								
あかピーマン	赤								
コーン	赤								
わふうドレッシング	赤								
とうにゅうスープ	赤								
ベーコン	赤								
たまねぎ	赤								
にんじん	赤								
はくさい	赤								
こめこまカロニ	赤								
エリンギ	赤								
とうにゅう	赤								
チキンスープ	赤								
しお	赤								
こしょう	赤								
みず	赤								
ヨーグルト	赤								
ヨーグルト	赤								
中学校		中学校							
エネルギー(kcal)	776	エネルギー(kcal)	851						
たんぱく質(g)	30.7	たんぱく質(g)	30.5						

1年をふりかえろう！給食チェックめいろ

めいろのルール

- ①すべての質問に答えられるよう、道を探して進むこと。
- ②同じ道を通らないこと。
- ③ゴールしたら、答えの合計得点を計算すること。

スタート

Q. 給食の前をしっかり手を洗えましたか？

よくできた…5点
まあまあできた…3点
できなかった…0点

Q. 食事のあいさつができましたか？

よくできた…5点
まあまあできた…3点
できなかった…0点

Q. 好ききらいなく食べられましたか？

食べられた…5点
まあまあ食べられた…3点
食べられなかった…0点

Q. よくかんで食べることができましたか？

よくできた…5点
まあまあできた…3点
できなかった…0点

Q. おはしを使って上手に食べることができましたか？

よくできた…5点
まあまあできた…3点
できなかった…0点

Q. いろいろな食べ物を知らることができましたか？

よくできた…5点
まあまあできた…3点
できなかった…0点

Q. 給食当番を協力してできましたか？

よくできた…5点
まあまあできた…3点
できなかった…0点

Q. 給食時間を楽しめましたか？

とても楽しめた…5点
まあまあ楽しめた…3点
あまり楽しめなかった…0点

ゴール

計算式

合計 = 点

🌸 35点～40点…よくがんばりました！

すばらしいです！1年間、給食の時間をとても大切にすごせましたね。これからも、おいしく楽しく、みんなのお手本になれるあなたに期待しています。

😊 25点～34点…よくできました！

がんばりましたね。給食の時間に大切なことをたくさんできるようになりました。次は、もう少しがんばれるところを探して、挑戦してみましょう。

🙂 15点～24点…もう少しがんばろう！

給食の時間、楽しくすごせていますか？次は、「これだけがんばろう！」ということを決めて、取り組んでみましょう。

😞 0点～14点…もっとがんばろう！

できなかったこと、楽しめなかったことなど、先生やお友達に相談しながら、一つずつできるようにしていきましょう。きっと、もっと楽しい給食の時間にできますよ！

春休みも朝ごはんを しっかり食べよう

1日を
元気にスタート！



冻えわたる頭脳！



おながスツクリ！



生活リズムが
ととのう！



来年度もおいしい給食をお届け
します！どんなこんだてが出るか
楽しみにしててくださいね！

1年間ありがとうございました



★来年度の給食予定★

小・中学校給食開始…4月10日(金)

幼稚園給食開始…4月13日(月)

小学校1年生給食開始…4月15日(水)

幼稚園3歳児給食開始…4月20日(月)

!!給食の準備をよろしくお願ひします!!