

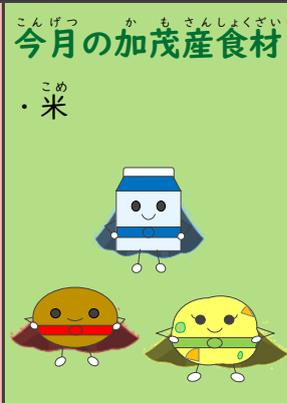


2026年 3月 給食だより



須田共同調理場
TEL 0256-52-6533

月		火		水		木		金	
2	中学生卒業祝い給食	3	ひな祭り献立	4		5		6	
ごはん 豚汁 たれカツ(2枚) 塩昆布和え 牛乳 中学校のみ卒業祝いケーキ	あさりうどん[うどん] [あさりのすましつけ汁] ちくわの磯辺揚げ ちらし炒め煮 牛乳 ひな祭りケーキ	ごはん 中華コーン玉子スープ ひき肉と厚揚げのキムチ炒め ほうれん草ともやしのナムル 牛乳	黒糖コッペパン 豚肉と野菜のスープ 鶏肉の照り焼き 彩りサラダ 牛乳	ごはん えのきと油揚げと豆腐のみそ汁 にしんの照り煮 豚肉と切干大根の煮物 牛乳	牛乳 ぶた肉 どうぶ みそ 卵 昆布 クリームチーズ ゼラチン	牛乳 あさり かまぼこ ちくわ あおき 油あげ 卵 クリームチーズ ゼラチン	牛乳 どうぶ 卵 ぶた肉 厚あげ	牛乳 ベーコン ぶた肉 とり肉	牛乳 油あげ どうぶ みそ にしん ぶた肉
ごはん じゃがいも パン粉 小麦粉 油 さとう チョコレート	うどん 小麦粉 油 さとう チョコレート	ごはん かたくり粉 ごま油 さとう ごま	パン こくどう じゃがいも さとう 油	ごはん じゃがいも さとう 油	ごぼう 大根 にんじん こんにやく 長ねぎ きゅうり もやし 小松菜 いちご レモン果汁	しいたけ にんじん 大根 小松菜 えのきたけ たけのこ れんこん いちご レモン果汁	玉ねぎ にんじん コーン 小松菜 白菜キムチ しょうが にんにく もやし ほうれん草 きゅうり	にんじん 玉ねぎ キャベツ 枝豆 コーン キャベツ きゅうり	にんじん えのきたけ こんにやく 長ねぎ しょうが 切干大根 しいたけ さやいんげん
小 592 ｷｯｶﾘ / 22.9 ｸﾞﾗﾑ	小 719 ｷｯｶﾘ / 28.6 ｸﾞﾗﾑ	小 601 ｷｯｶﾘ / 26.4 ｸﾞﾗﾑ	小 599 ｷｯｶﾘ / 29.1 ｸﾞﾗﾑ	小 615 ｷｯｶﾘ / 25.4 ｸﾞﾗﾑ	中 880 kcal / 29.7 g	中 774 kcal / 32.8 g	中 800 kcal / 36.9 g	中 782 kcal / 30.4 g	中 782 kcal / 30.4 g
9	10	11	12	13	中学校給食なし	中学校給食なし	中学校給食なし	中学校給食なし	中学校給食なし
ごはん もやしのみそ汁 さばのみそ煮 のりナッツ和え 牛乳	ソフトめん ミートソース じゃがコーンチーズ のむヨーグルト(いちご)	ビビンバ[ごはん] たまご 玉子スープ [ビビンバ用豚肉のみそ炒め]	きなこ揚げパン コーンポタージュ 枝豆サラダ 牛乳	ナン(中学校2枚) キーマカレー コーンサラダ 牛乳	牛乳 厚あげ わかめ みそ さば のり	牛乳 ぶた肉 とり肉 どうぶ 卵	牛乳 ぶた肉 とり肉 どうぶ 卵	牛乳 ぶた肉 大豆 チーズ ベーコン	牛乳 ぶた肉 大豆 チーズ ベーコン
ごはん さとう アーモンド	ソフトめん 油 ルウ じゃがいも バター	ごはん 油 ごま油 さとう ごま かたくり粉	パン 油 さとう ルウ	米粉ナン 油 ルウ	にんじん もやし 玉ねぎ こんにやく 長ねぎ しょうが キャベツ 小松菜	しょうが にんにく ぜんまい ほうれん草 もやし にんじん コーン 玉ねぎ たけのこ しいたけ	玉ねぎ にんじん コーン 枝豆 キャベツ きゅうり	にんにく しょうが 玉ねぎ にんじん トマト コーン キャベツ きゅうり	小 621 ｷｯｶﾘ / 28.6 ｸﾞﾗﾑ
小 621 ｷｯｶﾘ / 28.6 ｸﾞﾗﾑ	小 714 ｷｯｶﾘ / 28.9 ｸﾞﾗﾑ	小 592 ｷｯｶﾘ / 27.0 ｸﾞﾗﾑ	小 622 ｷｯｶﾘ / 24.1 ｸﾞﾗﾑ	小 626 ｷｯｶﾘ / 27.6 ｸﾞﾗﾑ	中 766 kcal / 32.6 g	中 911 kcal / 37.0 g	中 840 kcal / 31.1 g	中 908 kcal / 38.3 g	中 908 kcal / 38.3 g
16	17	18	19	20	小学校給食最終日	小学校給食最終日	小学校給食最終日	小学校給食最終日	小学校給食最終日
ごはん 豆腐のみそ汁 さけチーズフライ 厚揚げと豚肉の甘みそ炒め 牛乳	みそラーメン[中華めん] [みそラーメンスープ] 餃子(2個) チキン入り中華サラダ 牛乳	ごはん 沢煮椀 鶏肉のレモン和え おかか昆布和え 牛乳	デニッシュ クラムチャウダー スパニッシュオムレツ 海藻サラダ 牛乳 小学校のみ卒業祝いクレープ	春分の日	牛乳 油あげ どうぶ みそ さけ チーズ ぶた肉 厚あげ	牛乳 ぶた肉 みそ とり肉	牛乳 ぶた肉 かまぼこ とり肉 かつお節 昆布	牛乳 あさり ベーコン 卵 チーズ わかめ ツナ 豆乳	牛乳 あさり ベーコン 卵 チーズ わかめ ツナ 豆乳
ごはん じゃがいも パン粉 小麦粉 油 さとう	中華めん 油 ラード さとう 小麦粉 ごま油 ごま	ごはん 春雨 かたくり粉 油 さとう	パン じゃがいも 油 ルウ 米粉 さとう	にんじん 玉ねぎ パセリ キャベツ きゅうり いちご	にんじん しめじ 長ねぎ キャベツ 玉ねぎ	しょうが にんにく にんじん メンマ コーン もやし キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ たら きゅうり	たけのこ にんじん ごぼう えのきたけ 長ねぎ レモン パセリ 小松菜 白菜 にんじん しめじ	にんじん 玉ねぎ パセリ キャベツ きゅうり いちご	小 639 ｷｯｶﾘ / 27.0 ｸﾞﾗﾑ
小 639 ｷｯｶﾘ / 27.0 ｸﾞﾗﾑ	小 625 ｷｯｶﾘ / 28.1 ｸﾞﾗﾑ	小 600 ｷｯｶﾘ / 25.2 ｸﾞﾗﾑ	小 681 ｷｯｶﾘ / 22.7 ｸﾞﾗﾑ	小 681 ｷｯｶﾘ / 22.7 ｸﾞﾗﾑ	中 812 kcal / 32.7 g	中 800 kcal / 34.9 g	中 763 kcal / 30.0 g	中 878 kcal / 27.8 g	中 878 kcal / 27.8 g
23	24	希望献立月間		今月の加茂産食材		*3月の予定*			
中学校給食最終日	予定など	希望献立月間		今月の加茂産食材		*3月の予定*			
ごはん けんちん汁 ハンバーグのおろしソース れんこんの和風サラダ 牛乳 クレープ	ごはん けんちん汁 ハンバーグのおろしソース れんこんの和風サラダ 牛乳 クレープ	希望献立月間		今月の加茂産食材		*3月の予定*			
牛乳 どうぶ とり肉 ぶた肉 ひじき 豆乳	牛乳 どうぶ とり肉 ぶた肉 ひじき 豆乳	希望献立月間		今月の加茂産食材		*3月の予定*			
ごはん 里いも ごま油 ラード さとう ごま ノンエッグマヨネーズ 米粉	ごはん 里いも ごま油 ラード さとう ごま ノンエッグマヨネーズ 米粉	希望献立月間		今月の加茂産食材		*3月の予定*			
大根 にんじん こんにやく ごぼう 長ねぎ 玉ねぎ トマト にんにく しょうが れんこん コーン いちご	大根 にんじん こんにやく ごぼう 長ねぎ 玉ねぎ トマト にんにく しょうが れんこん コーン いちご	希望献立月間		今月の加茂産食材		*3月の予定*			
小 小学校給食なし	小 小学校給食なし	希望献立月間		今月の加茂産食材		*3月の予定*			
中 874 kcal / 26.1 g	中 エネルギー/たんぱく質	希望献立月間		今月の加茂産食材		*3月の予定*			



3月の予定

【須田小】
19日 給食最終日

【須田中】
3日 卒業式
23日 給食最終日

ねんかん 1年間ありがとうございました

小学校は3月19日(木)、中学校は23日(月)で、今年度の給食が終了します。今年度も1年間、本調理場の学校給食、食育の取組に深いご理解と御協力をいただきましてありがとうございました。来年度も職員一同、力を合わせて安全でおいしい給食づくり、子どもたちの体と心を育む食育に力を注いでいきたいと思っております。どうぞよろしく願いいたします。

なお、新年度の給食は、4月7日(火)から予定しています。



須田共同調理場
調理員 田邊 鶴巻 阿部 栄養教諭 関

日に日に暖かく春らしい季節になってきます。いよいよ今の学年で過ごす最後の月になりました。この1年間をふり返ってみて、給食時間の過ごし方や毎日の食事の仕方などはいかがでしたか。よかったところはそのまま継続し、足りなかったことは気をつけながら今年度最後の給食を楽しくよく味わって食べましょう。

ねんかん 1年間どのような食生活を送りましたか？

この1年間、みなさんの食生活はいかがでしたか。食事と体の健康は密接に結びついています。元気に新年度を迎えるためにも次の項目をチェックして、足りなかったところはぜひ直すようにしましょう。

- ① 毎日、朝ごはんを食べましたか？
- ② 一日3食、きちんと食べましたか？
- ③ 好き嫌い、食べず嫌いはい減りましたか？



- ④ おやつなどを買うとき、きちんと表示を見ましたか？
- ⑤ おやつは時間と量を決めて食べましたか？
- ⑥ 食事をする前に手洗いをしましたか？



- ⑦ 食事はよくかんで食べましたか？
- ⑧ 「ながら食べ」をしませんでしたか？
- ⑨ 食事のマナーを守って食べることができましたか？



- ⑩ 感謝して食べることができましたか？
- ⑪ 食事の準備や後片付けがしっかりできましたか？
- ⑫ 家族や友だちと楽しく食べられましたか？



小学6年生、中学3年生、ご卒業おめでとうございます



卒業生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。みなさんは、これまでの学校生活でたくさんのおことを学んできました。特に中学校3年生は、今後は、自分自身で食べるものを選んだりつくったりする機会が増えてきます。給食の内容を思い出して、食べることを大切に、元気に充実した毎日を送ってください。調理場から応援しています！