

# 3月 きゅうしよくだより



香美町立香住学校給食センター TEL36-0686

月	火	水	木	金
<p>ささやかですが 1日:中学校3年生 卒業お祝い献立 15日:卒業卒園 お祝い献立 を実施します</p> <p>兵庫県マスコットはばタン</p>	<p><b>1</b> ごはん、牛乳 彩り団子スープ ポテトとお米のささみカツ 菜の花あえ こんぶふりかけ</p>	<p><b>2 ひな祭り献立</b> ちらしずし、牛乳 高野豆腐のたまごとし煮 焼きガレイ 桃ゼリー 魚の目 《香美町魚食普及事業》</p>	<p><b>3</b> ごはん、牛乳 さつま芋と南瓜のシチュー ポイルフランク・ケチャップ 梅ドレッシングサラダ</p>	<p><b>4 カミカミ</b> ごはん、牛乳 カレーうどん汁 五目厚焼卵 切り干し大根のはりはり漬け</p>
	<p><b>7</b> ごはん、牛乳 田舎汁 はんぺん磯辺揚げ 但馬牛きんぴらごぼう 昆布佃煮</p>	<p><b>8</b> ごはん、牛乳 春の豚汁 さばのみりん干し わかめともやしの香味あえ</p>	<p><b>9</b> チキンライス、牛乳 リボンパスタスープ ほうれん草オムレツ アセロラゼリー</p>	<p><b>10</b> ごはん、牛乳 沢煮椀 キスの利休揚げ 野菜のゆずポンあえ</p>
<p><b>14</b> ごはん、牛乳 あぶたま汁 焼き塩ザケ こもくだいず 五目大豆</p>	<p><b>15 卒業卒園お祝い</b> 華やか菱ごはん、牛乳 豆腐のすまし汁 チーズ入りささみフライ ほうれん草とコーンのあえ物 ブルーベリータルト</p>	<p><b>16</b> コッペパン、牛乳 焼きそば 手作りスズキフライ ピリ辛ブロッコリー</p>	<p><b>17</b> ごはん、牛乳 みそけんちん汁 鶏とレバーのアーモンドがらめ ゆばサラダ</p>	<p><b>18</b> ポークカレーライス 牛乳 かぼちゃ三角オムレツ ミックスフルーツ</p>
<p><b>21</b> 春分の日</p>	<p><b>22</b> オムライス(丼ソライ 鯛シート、ケチャップ) 牛乳 リボンパスタスープ いよかん</p>	<p><b>23 カミカミ</b> ごはん、牛乳 レタススープ ビッグ肉団子ケチャップ味 たくあんと野菜のしそあえ</p>	<p><b>24</b> ごはん、牛乳 みそうずらおでん 手作りチキンカツ のりあえ ふりかけ</p>	<p>ジオンくん</p>

僕がついている日は、町内産の魚や但馬牛が出るよ。

★おうちの人といっしょに読みましょう



毎日を生き生きと過ごすためには、健康な体をつくるのが基本です。給食の時間や授業で学んだことを生かし、“食べたもので体がつくられていく”ことを意識して、健康で充実した毎日を送ってくださいね。

**3月の献立から**  
1日:中学校3年生卒業献立  
赤飯でお祝いします  
2日:ひな祭り  
ちらしずしと桃ゼリー  
カミカミ給食は、あえ物をよくかんで食べましょう

## なぜ、お祝いのおきに「お赤飯」を食べるの!?



日本では、おめでたいお祝いごとに赤飯を食べる風習があります。中国から伝わった赤米ごはんがもとだとされています。赤い色が悪いものを追い払うと信じられているので、入学・卒業式、成人式、結婚式など、人生の節目となるお祝いごとの時に食べられるようになりました。

