

※食物アレルギーのある児童・生徒は、給食を食べる前、裏面の「詳細献立表」で内容を必ず確認しましょう。家庭・学級においても毎日確認してください。



学校給食の栄養基準量	E=エネルギー	P=タンパク質	F=脂質
小学校	650	21.1~32.5	14.4~21.7
中学校	830	18.4~41.5	18.4~27.7

◆3月◆  
給食目標  
1年間の食生活を振り返ろう

◆今月の欠食◆  
・4日(火)~5日(水) 神原中3年(入試)  
・7日(金) 神原中学校(卒業式)  
・10日~18日 神原中3年生(卒業)  
・18日(火) 神原小学校

2月に引き続き『♡』のマークがついている献立は卒業生からのリクエストメニューです! みんなで喜んで食べてくれると、うれしいです♪

## ひなまつり

3月3日のひな祭りは、女の子の幸せと健やかな成長を願ってお祝いする日です。旧暦の3月3日は桃の花が咲く季節にあたるため「桃の節句」ともよばれます。給食では、さくらのちらし寿司と、さくらのゼリーを取り入れて、ひな祭り献立としました。古代中国でおこなわれていた災厄を払うための行事が日本に伝わり現在のひな祭りの形ができあがりました。みなさんのお家ではひな人形を飾りましたか?

わ~、きれい~

	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)
こんだて	さくらゼリー 魚のてりやきソースがけ 菜の花のごまあえ さくらちらし寿司 さつま汁	アガラサー 千切りイリチー♡ きびごはん かきたま汁	うまかつ十 もやしとじゃこのあえもの 五目ごはん 千草焼	オレンジ(小) お祝いケーキ(中) トンカツ(中3のみ) イタリアンサラダ むぎごはん チキンカレー♡	しゃきしゃきサラダ なかよしあげパン ABCスープ
小学校	E 607 P 27.5 F 12.9	E 685 P 25.5 F 14.2	E 604 P 25.8 F 19.3	E 641 P 20.1 F 17.5	E 634 P 24.0 F 22.3
中学校	E 717 P 32.5 F 13.8	E 785 P 28.8 F 15.4	E 704 P 29.9 F 22.1	E 931 P 30.5 F 29.0	

こんだて	ブロッコリーサラダ スパゲティバジリコ ポテトリョネーズ	にんじんシリシリ アンダンスー♡ むぎごはん ゆし豆腐	チーズおから♡ 焼きししゃも♡ きびごはん みそけんちん汁	お芋の大福 ぎょうざ 高菜チャーハン バンサンスー♡	ミルメーク きんぴらごぼう きびなごのからあげ むぎごはん じゃがいものみそ汁
小学校	E 659 P 22.2 F 32.2	E 576 P 23.2 F 14.3	E 620 P 27.1 F 19.7	E 611 P 18.1 F 17.2	E 623 P 24.8 F 16.5
中学校	E 759 P 25.1 F 37.0	E 685 P 26.9 F 15.7	E 728 P 30.8 F 22.1	E 696 P 20.3 F 19.5	E 733 P 28.7 F 18.3

こんだて	お祝いいちごゼリー(小) 黄桃(中) タコライス(ミート)♡ タコライス(やさい) むぎごはん もずくのすまし汁	お祝いいちごゼリー アスパラサラダ ピザトースト 白いんげんスープ
小学校	E 683 P 27.8 F 21.9	E 760 P 28.8 F 30.2
中学校	E 809 P 32.7 F 24.0	

令和7年度の給食について  
・4月の献立について早めに確認したい方は、那覇市のHPをご覧ください。(3月末掲載予定です。)

「今月の給食目標は『1年間の食生活をふりかえろう』です。みなさんは、この1年間で好き嫌いをこくふくしたり、マナーに気を付けて食事をするのができたりと、変化はありましたか?毎日が成長期の小中学生は、たくさんの食べ物から栄養をたっぷり取ってほしいと思います。また、マナーを覚えて素敵な大人へと成長してほしいと願います。今年の一年間をふりかえり、新しい学年になったときの目標につながるいいですね!

食生活をふりかえろう

協力して給食の準備をすることができた 	きれいに盛りつけをすることができた 	たのしく会食することができた 	バランスのよい食事の取り方がわかった 	地域の地場産物がわかった 	感謝の気持ちをもって食べることができた 
------------------------	-----------------------	--------------------	------------------------	------------------	-------------------------