

今月の食育目標

給食の栄養や作法について 1年間をふり返ってみよう！



座間市の郷土料理給食に ぎまりんマークが付いています。 採ってみてね！



Table with columns for Date, Day, Main Dish, Side Dish, Dessert, and Energy/Ingredients. Includes rows for 3月, 4月, 5月, 6月, 7月, 10月, 11月, 12月, 13月, 14月.

6年生はあと少しで卒業ですね。給食も残りあと数回…かみしめて食べてくださいね！1~5年生もあと少しでクラスのみなとお別れです。楽しい思い出を作ってください！

6-1と給食室の「コラボ給食」 5大栄養素の食材をすべて取り入れて栄養満点な献立にしました。人気な唐揚げを主菜にしてみんなが喜んでくれるような献立にしました。(6-1コメントより)

3月6日は開校記念日です。お楽しみデザートはPTAの方よりいただきました。

★福井県の郷土料理★ 打ち豆汁

★煮しめ★ 鶏肉、レンコン、ごぼう、里芋などを使った福井県の郷土料理です。

※ かみかみ献立 特によく噛んで食べましょう！

表示している栄養価は4年生のもので、 仕入れ等の都合により、材料等が変更になる場合があります。

令和6年度献立テーマ 「日本の郷土料理を知ろう！」

3月「打ち豆汁」福井県

まず、打ち豆汁の「打ち豆」とは、大豆を蒸してから、石臼などのかたい物の上でひとつひとつ叩いてつぶし、花型にして乾燥させたもので、福井県だけでなく新潟県、山形県など雪の多い地域に広がった大豆の保存食です。 「打ち豆汁」は、その打ち豆をかぶや大根、里芋、長ネギなどと一緒に煮て、みそ汁にした料理で、じっくり煮込むことで甘みが増し、やわらかい食感は、普通に大豆を煮た時よりも食べやすくなり、おいしく食べられるようになっていきます。いつもとは違った大豆の食べ方を楽しんで食べてみてください。



座間市産食材

給食ではおいしい座間市産の野菜を使います。毎朝新鮮で栄養満点の野菜を農家さんが届けてくれます！

だいこん こまつな さつまいも ねぎ ごぼう なばな ほうれんそう みそ



1年間ありがとうございました！