

平成20年

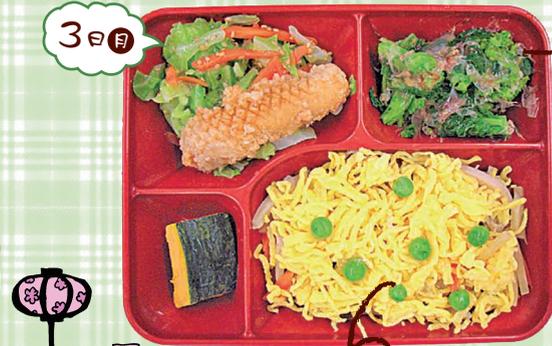
選択制・中学校給食

# 3月のメニュー

京都市立中学校長会・京都市教育委員会

## ひな祭 menu

3日



### 菜の花のおかか煮



### 今月の新menu

ちらしずしは、ごはんのせ、のりをかけて食べましょう。

沖縄の郷土料理でクーブ(昆布の)イリチー(炒め煮)と豚肉、こんにやく、切干大根を取り合わせました。

17日



### ちらしずし

### クーブイリチー

### ひな祭 menu



- ・キャベツのごま煮
- ・菜の花のおかか煮
- ・ささみのり
- ・いちごヨーグルト
- ・いかの天ぷら
- ・かぼちゃの甘露煮

### 3日 ちらしずし



- ・大根の煮物
- ・にんじんの甘煮
- ・わかめとツナのさつ煮
- ・黄桃(缶)
- ・キャベツとコーンのソテイ

### 4日 とんかつ

ごはん (392kcal) 麦ごはん (389kcal) 牛乳 (138kcal) 牛乳が毎日つきます。

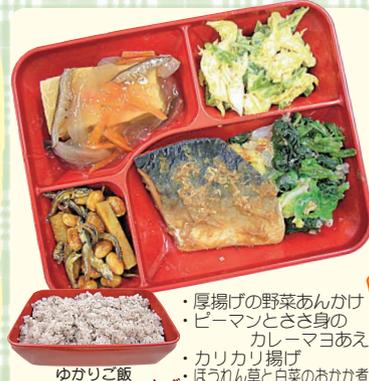
麦ごはんは新メニュー、はスプーンがあると食べやすい日を示しています。ご家庭でのお弁当作りにもこの献立表をご活用ください。

### 『私と給食』

上京中学校 3年 平田結水  
それは暖かい春の日のごとでした。私が給食と出会ったのは、初めは関心なかったのです。でもある日、となりの席の友達に一口給食を分けてもらいました。たしか、ヒビンバだったと思います。野菜と肉と卵、その全ての食材が絶妙にマッチしていて、後に私が給食をたのむきっかけになった味でした。6月から私は毎日給食を食べられることになりました。給食は毎日違うメニューでバランスも大変良く、味も私好みで、毎日お昼の時間が待ち遠しく、そしてとても素敵な時間となりました。そんなおいしい給食を作ってくださる調理師さん達への感謝の気持ちでいっぱいです。私は3月に給食の思い出と共にこの学校を去ります。卒業してからも、給食を通じて感じたことを忘れないようにしたいと思います。

### 『ありがとうございます。』

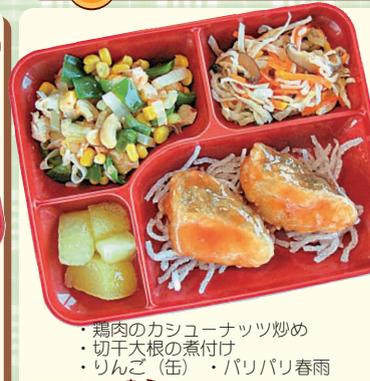
上京中学校 3年 西田翔伍  
給食は毎日おいしく、栄養満点でした。特にごはんは、いつもほかほかで、おかずとよく合っていて、とてもおいしかったです。おかずもバラエティ豊かで、いつも飽きることなくおいしく食べることができました。しかし、それは給食を作ってくれている人がいるからなのです。僕は調理師さんの苦勞を考えると、一層おいしく食べられるのです。また、配膳員さんが給食を返しに行く度に笑顔で「ありがとう。」と言ってくれます。本来なら給食をいただいているこちらが言うべき言葉なのに、あちらから、言われると複雑だけれどうれしい気持ちになります。僕がおいしく給食を食べられるのはそんな人達のおかげです。だから、僕はその人達への感謝の気持ちを込めて、いつも「いただきます。」「ごちそうさまでした。」と言っているのです。



### 5日 鯖の味噌煮



### 6日 ビビンバ



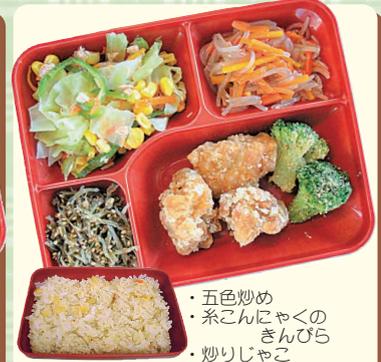
### 7日 鱈の甘酢あんかけ



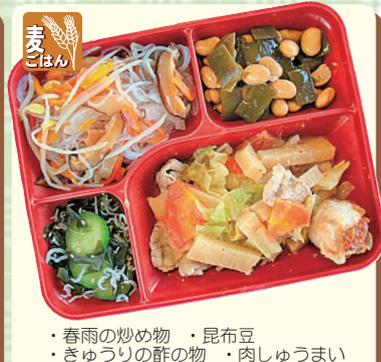
### 10日 カレー



### 11日 鱈の竜田揚げ



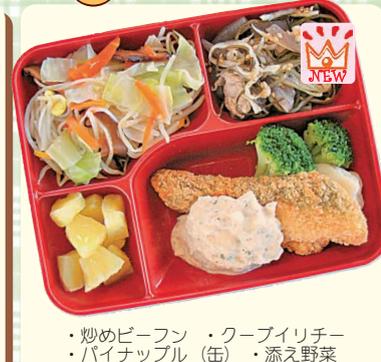
### 12日 チキンのから揚げ



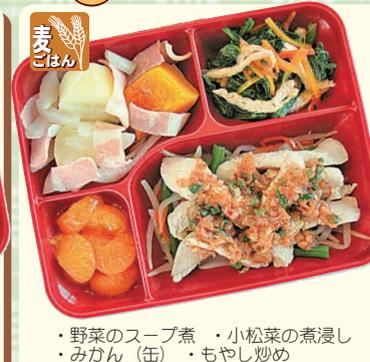
### 13日 回鍋肉



### 14日 卒業式



### 17日 白身魚のツナタリソース



### 18日 鶏で鶏の香味ソースかけ



### 19日 えびつろっけ

献立は、諸事情により一部変更する場合があります。