

令和元年度もいよいよ最後の月です。卒業式・修了式も間近に迫ってきました。3月は1年間のまとめの時期なので、食事マナーについてもこの1年間をふり返ってみましょう。

食事マナーチェック

当てはまる点線を
なぞりましょう

○できた

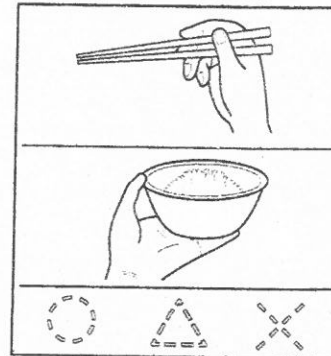
△時々できた

×できなかった

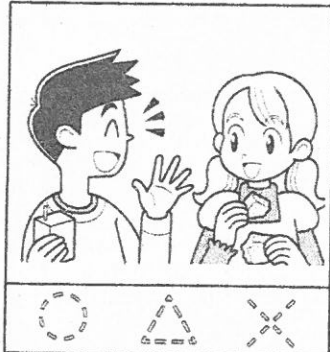
①感謝の気持ちを込めて
あいさつができた。



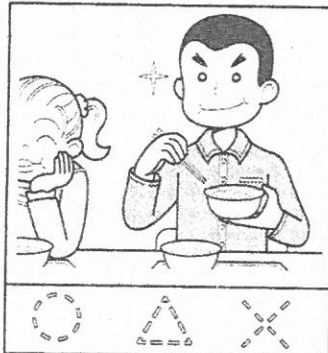
②食器を正しく持って食
べることができた。



③楽しく会話しながら食
べることができた。



④机にひじをつかずに食
べることができた。



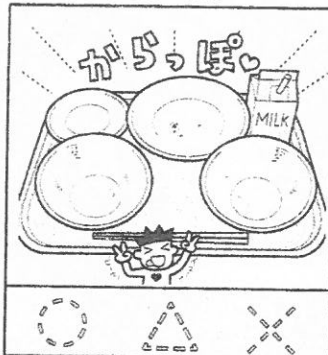
⑤食べ物が口に入っている
時は話さず食べた。



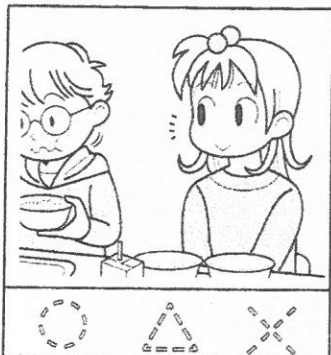
⑥背筋をまっすぐに伸ばし
て食べた。



⑦好ききらいをせずに
残さず食べた。



⑧食べ終わっても席で静か
に待てた。



お知らせ・・・新学期の給食は、4月9日（木）から始まります。献立表は8日（水）に配付します。

来年度の給食もお楽しみに！！

令和元年度

3月 よていこんだてひょう

今月のめあて：感謝して食べよう

宮城県立迫支援学校

日	曜	主 食	献 立	名	赤の食品	緑の食品	黄の食品	エネルギー(kcal)		
					血や肉になる	体の調子を整える	熱や力になる	たんぱく質(g)	脂質(g)	糖質(g)
2	月	わかめごはん	鶏の唐揚げ、ツナサラダ たまごスープ、チョコクレープ		牛乳・わかめ・鶏肉 ツナ・鶏卵	キャベツ・きゅうり・にんじん 長ねぎ	ごはん・でんぶ・油 ドレッシング・クレープ	724	897	933
3	火	ゆかりごはん	さくらシューマイ、菜の花あえ あさりの潮汁、三色花ゼリー		牛乳・豚肉・あさり はんぺん	菜の花・ほうれん草・もやし・コーン みつば	ごはん・ゼリー	598	746	775
4	水	みそラーメン	きゅうりとメンマのラー油漬 ヨーグルト		牛乳・豚肉・みそ ヨーグルト	キャベツ・にんじん・たまねぎ・にら もやし・コーン・きゅうり・メンマ	中華麺・油・ごま	21.1	26.6	27.4
5	木	チーズパン	マンチカツ、野菜炒め ABCスープ		牛乳・チーズ・豚肉・えび ヨーグルト	キャベツ・にんじん・もやし・ピーマン たまねぎ・コーン・パセリ	パン・油・マカロニ	14.4	17.4	17.5
6	金	ビビンバ丼	ゆばスープ バナナ		牛乳・豚肉・ゆば・ベーコン	長ねぎ・ほうれん草・にんじん もやし・たけのこ・マッシュルーム	ごはん・油・さとう	3.5	4.7	5.0
9	月	お赤飯(ごまお)	えびフライ、和風サラダ 花魁のすまし汁、さくらのケーキ		牛乳・えび・わかめ・豆腐	ほうれん草・きゅうり・コーン にんじん・えのき・みつば	ごはん・ごま・油・花魁 ケーキ	571	687	723
10	火	高 等 部 卒 業 式								
11	水	み や ぎ 鎮 魂 の 日 (臨時休業日)								
12	木	食パン(ブルーベリージャム)	スコッチエッグ、フレンチサラダ ホワイトシチュー		牛乳・鶏卵・豚肉・ツナ 鶏肉	キャベツ・きゅうり・にんじん グリーンピース・マッシュルーム	パン・ジャム・さとう ドレッシング・じゃがいも	27.4	32.6	34.4
13	金	麦ごはん	春巻き、もやしのごま炒め えのきのスープ、りんご		牛乳・豚肉・わかめ	たまねぎ・にんじん・もやし・ピーマン えのき・チンゲン菜・りんご	ごはん・麦・油・ごま	12.3	13.6	14.0
16	月	五目ごはん	五目豆煮 あさりのみそ汁、みかんゼリー		牛乳・鶏肉・油揚げ・大豆 豚肉・あさり・豆腐・みそ	にんじん・たけのこ・しいたけ・ごぼう いんげん・たまねぎ・みつば	ごはん・さとう・油・ゼリー	4.5	5.8	6.1
17	火	小・中 学 部 卒 業 式								
18	水	スパゲティ・ミートソース	ひじきのツナサラダ オレンジ		牛乳・豚肉・ひじき・ツナ	たまねぎ・にんじん・もやし・きゅうり オレンジ	スパゲティ・バター・油 さとう	616	799	807
19	木	コッペパン	伊豆沼ウインナー(ケチャップ&マスタード) コールスローサラダ、トマトスープ		牛乳・ウインナー・ベーコン 大豆	キャベツ・にんじん・コーン・セロリ たまねぎ・パセリ	パン・ドレッシング・バター じゃがいも	29.1	36.8	37.6
23	月	麦ごはん	マーボー豆腐、パン・バンジーサラダ みそ味ワタンスープ		牛乳・豆腐・豚肉・みそ 鶏肉	にんじん・長ねぎ・しいたけ・にら たけのこ・きゅうり・豆もやし	ごはん・麦・油・でんぶ ドレッシング・ワタタン	25.4	31.7	31.8
24	火	ごはん(ひじきのり)	チキンみそカツ、切干大根の煮物 わかめ汁、プリン		牛乳・鶏肉・油揚げ・豆腐 わかめ・みそ	切干大根・にんじん・しいたけ 絹さや・長ねぎ	ごはん・油・さとう じゃがいも・プリン	2.8	3.5	3.6

◎材料購入などの都合で献立を変更することがあります。あらかじめご了承ください。

※『小学部』は、小学部・中学部の栄養価を表示しています。

卒業・修了おめでとう!!

いよいよ令和元年度最後の月になりました。
3月10日(火)は高等部、17日(火)は小・中学部の卒業式です。卒業生みなさん、卒業おめでとうございます。それぞれの卒業式の前日の給食は、『卒業お祝い』の献立にしました。今までの学校生活の思い出を語り合いながら、楽しい給食時間になってください。そして、4月からはそれぞれの新たな道を、元気に歩んでもらいたいと思っています。
在校生みなさんは、24日(火)が修了式です。しっかり食べて、最後まで元気に頑張りましょう!!



★リクエスト給食★

2月21日(金)に、今年度最後の『リクエスト給食』を予定していました。考えてくれたのは、もうすぐ卒業を迎える高等部3年2組のみなさんです。ところが、この日高等部の教室の水道から赤い水が出て、給食も作れないことになり、簡易給食になりました。給食のメニューで食べられたのは『牛乳』と『チョコクレープ』のみなので、これではあまりに...ということで、急遽3月の献立を立て直し、3月2日(月)に再度高等部3年2組のみなさんの『リクエスト給食』を入れました。
楽しみに待っていてくださいね!

