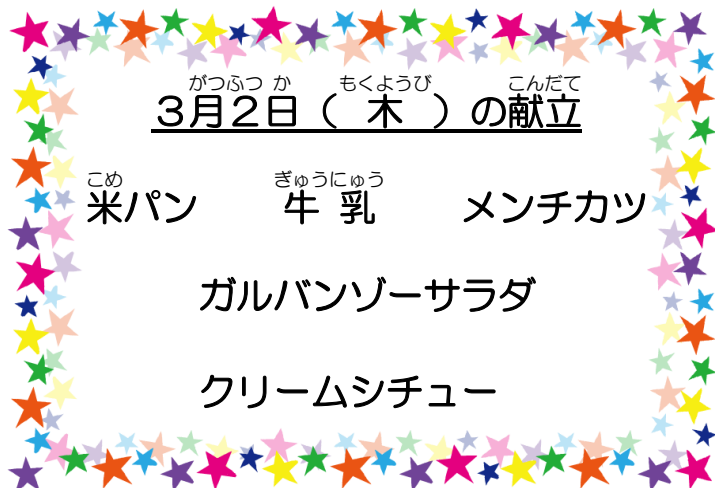


# 給食News

令和5年3月1週  
八千代町立学校給食センター

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



か もくようび きゅうしよく じゅけんおうえん こんだて  
**2日（木）の給食は、「受験応援&カミカミ献立」です。**

ちゅうがく ねんせい こうこう にゅうがく しけん  
中学3年生のみなさんは、いよいよ高校の入学試験ですね。

いま いっしょうけんめいべんきょう がんば はっき ひ  
今まで一生懸命勉強をしてきた頑張りを発揮する日がきました。

たくさんかむことで、しゅうちゅうりよく たか のう  
たくさんかむことで、集中力が高まったり、脳のはたらきが

よくなります。きょう きゅうしよく あした あさ  
よくなります。今日の給食だけでなく、明日の朝も、よくかんで、

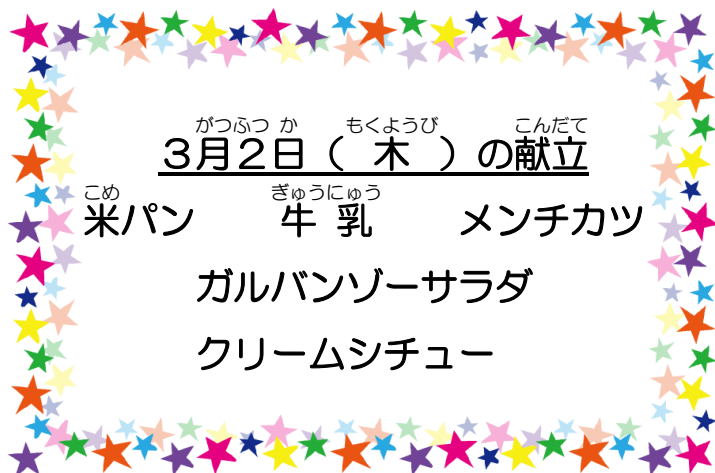
しよくじ じゅけん きぼう こうこう  
しっかり食事をとってから受験にのぞんでください。希望の高校に

ごうかく いの  
合格できるように祈っています。

# 給食News

令和5年3月1週  
八千代町立学校給食センター

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



か もくようび きゅうしょく こんだて  
**2日（木）の給食は、「カミカミ献立」です。**

きょう けい めい なに  
今日のサラダ名「ガルバンゾー」とは何だかわかりますか？

すこ ま せいがい まめ  
(少し間をとって…) 正解はひよこ豆です。

たくさんかむことで、**集 中 力**が高まったり、**脳**のはたらきが

よくなります。また、**お 腹**がいっぱいに満たされます。

ふ だん かい しゅうかん た  
普段から30回かむ**習 慣**をつけて、しっかり食べましょう！

# 給食News

令和5年3月1週  
八千代町立学校給食センター

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>

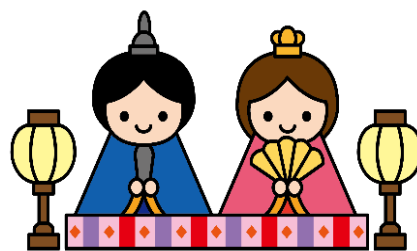


がつみっ か きんようび こんだて  
3月3日（金）の献立

すし ぎゅうにゅう ゆうあん や  
ちらし寿司 牛乳 さわらの幽庵焼き

な はな あ じる  
菜の花のごま和え すまし汁

ひなあられ



みっ か きんようび きゅうしょく まつ こんだて  
3日（金）の給食は、「ひな祭り献立」です。

がつみっ か おんな こ すこ せいちょう しあわ ねが いわ  
3月3日は、女の子の健やかな成長と幸せを願ってお祝いの

「ひな祭り」です。ひな人形や桃の花を飾り、ちらし寿司やはまぐ

りの潮汁などをいただきます。そして、ひな祭りのお菓子といえば、

ひなあられが代表的です。ひなあられは、関東地方では米粒形の甘

いポン菓子、関西地方では直径1cmくらいの丸形のあられが親し

まれています。桃色は“桃の花”、白は“雪”、緑は“草や木”を

あらわ たら けんこう せいちょう  
表し、食べると健康に成長できるといわれています。

しっかり食べて、健康を願いましょう！

# 給食News

令和5年3月2週  
八千代町立学校給食センター

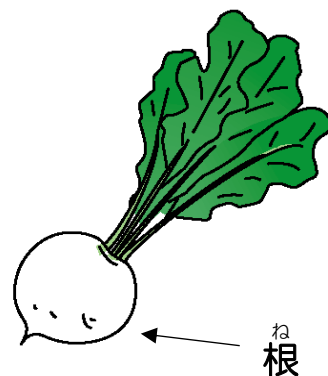
<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>

がつこのか もくようび こんだて  
3月9日（木）の献立

ねじりキャロットパン ぎゅうにゅう 牛乳

ポテトカップグラタン

はな やさい 花野菜サラダ ミネストローネ



このか もくようび きゅうしよく ちさんちしょう やちよ ひこんだて  
9日（木）の給食は「地産地消：八千代の日献立」です。

「かぶ」をつか ったミネストローネがで ます。やちよまち では、なつ  
じき 時期をのぞいてつくられています。

「かぶ」はね もは もおいしく た べることができ ます。しんせん な「かぶ」  
はい い 活き活きとした みどりいろ は ね ま しろ かわ は  
ます。

「かぶ」にふく まれるビタミンCはシー かぜ よぼう しょうもつせんい なか  
の中をきれいにしてくれ ます。

ベーコン、マカロニ、たまねぎ、にんじん、キャベツ、にんにくがはい った  
く 貝だくさんの食べやすいスープです。

やさしい ふうみ あじ た  
野菜の風味を味わって食 べてくださいね♪

# 給食News

令和5年3月2週  
八千代町立学校給食センター

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



3月10日（金）の献立

麦ごはん 牛乳

チキンナゲット キャベツサラダ

カレーシチュー レモンタルト



10日（金）の給食は「中学校卒業お祝い献立」です

先生方やクラスの友達との色々な思い出ができたことでしょう。

学校給食は、みなさんの成長に必要な栄養量を考え、栄養

バランスのよい食事となるように作られています。

献立の基本は、“主食” “主菜” “副菜”、汁物や牛乳を加

えた組み合わせとなっています。その中でも牛乳は、骨や歯を

つくるもとになるカルシウムがたくさんはっています。卒業

してからも毎日コップ1杯を目安に飲むようにし、丈夫な骨や歯

を目指しましょう。

これからは、お弁当を持って行ったり、お友達と外食をする

機会も増えると思います。食べたものが自分自身の体をつくりま

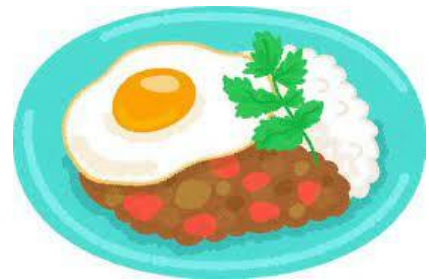
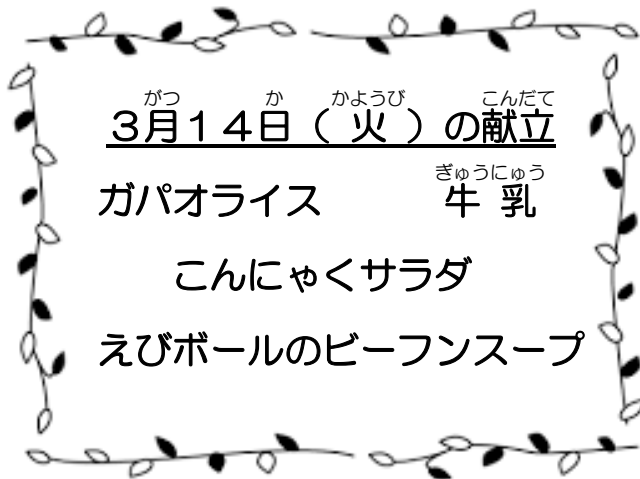
す。何を食べれば良いか迷った時は、これまで学んだ事や、給食

を思い出して参考にしてくださいね。

# 給食 News

令和5年3月3週  
八千代町立学校給食センター

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



14日（火）の給食は「タイ料理：ガパオライス」です。

「ガパオライス」は、東南アジアのタイの料理です。鶏肉とバジル、

野菜などを炒めた具材をごはんにかけて食べる料理で、「ガパオ」

とはバジルというハーブを意味し、タイではホーリーバジルという

クセのないさわやかなハーブを入れます。日本では手に入りにくい

ため、スイートバジルを使用することが多いようです。

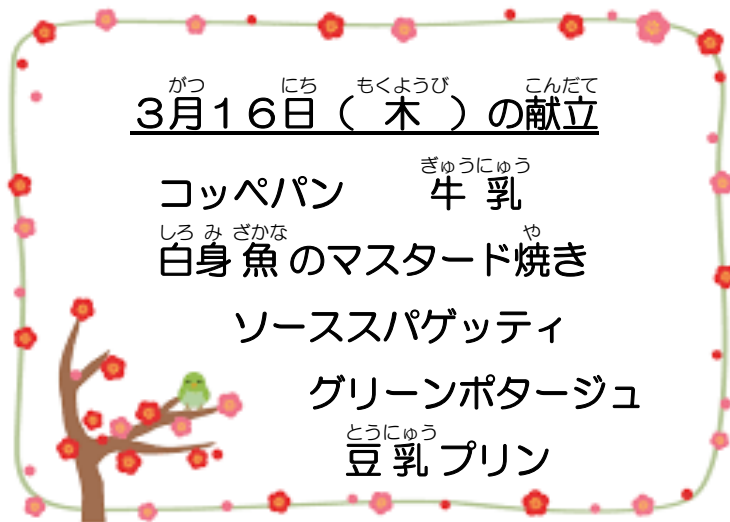
今日の給食も、本場タイのガパオライスとは少し異なりますが、

ごはんにかけておいしくいただきます。

# 給食News

令和5年3月3週  
八千代町立学校給食センター

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



16日（木）の給食は「小学校卒業お祝い献立」です。

先生方やクラスの友達との色々な思い出ができたことでしょう。

学校給食は、みなさんの成長に必要な栄養量を考え、栄養

バランスのよい食事となるように作られています。

献立の基本は、“主食” “主菜” “副菜”、汁物や牛乳を加

えた組み合わせとなっています。その中でも牛乳は骨や歯をつく

るもとになるカルシウムがたくさんはっています。学校がない日

でも毎日コップ1杯を目安に飲むようにし、丈夫な骨や歯を目指

しましょう。

中学生になると、部活動が始まります。栄養バランスのよい

食事をしっかりとって、勉強とともに、頑張ってください！