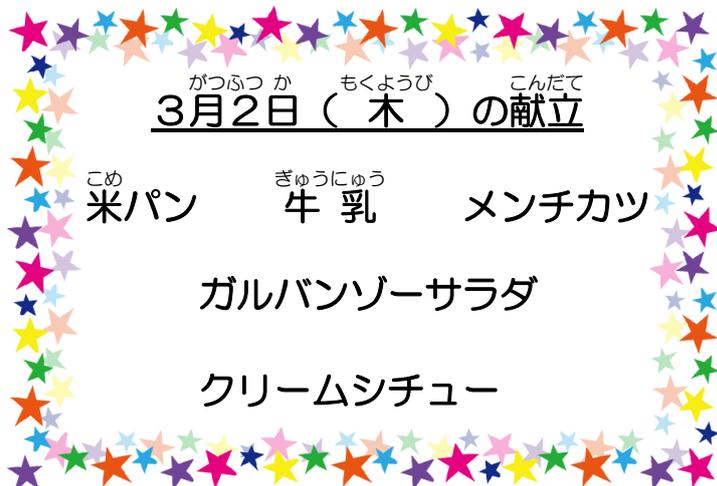


# 給食News

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、

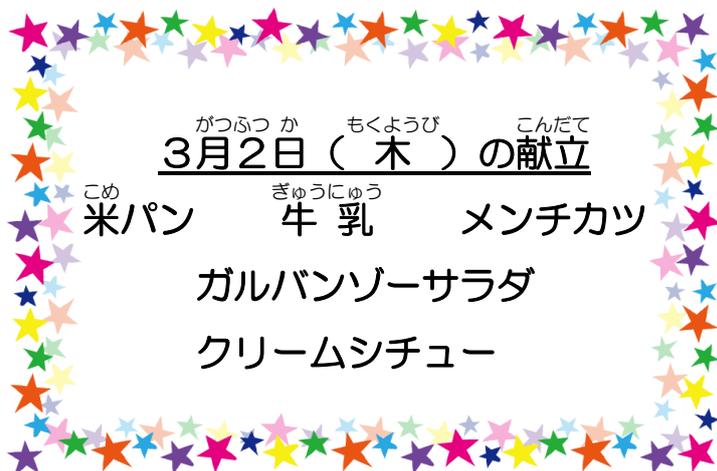
しよくじ じゅけん きぼう こうこう  
しっかり食事をとってから受験にのぞんでください。希望の高校に

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 今日(きょう)のサラダ名「ガルバンゾー」とは何だかわかりますか？

すこ しま (少し間をとって…) せいかい まめ 正解はひよこ豆です。

たくさんかむことで、<sup>しゅうちゅうりょく たか</sup>集中力が高まったり、<sup>のう</sup>脳のはたらきが

よくなります。また、<sup>なか</sup>お腹がいっぱいに<sup>み</sup>満たされます。

<sup>ふだん</sup>普段から30回かむ<sup>かい</sup>習慣をつけて、<sup>しゅうかん</sup>しっかり<sup>た</sup>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

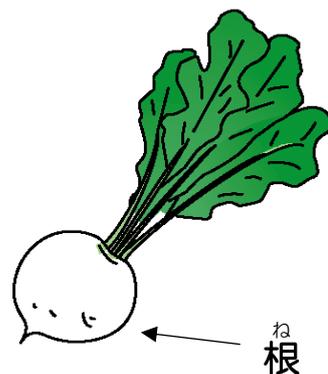
<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>

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 使ったミネストローネがで 出ます。やちよまち 八千代町では、なつ 夏の時期をのぞいてつくられています。

「かぶ」はね も葉もおいしく食 べることができます。しんせん 新鮮な「かぶ」は活き活きとしたみどりいろ 緑色の葉、根はましろ 真っ白で、かわ は皮に張り とツヤがあります。

「かぶ」にふく 含まれるビタミンCはシー かぜ よぼう 風邪を予防し、しよくもつせんい 食物繊維はお腹なか 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 玉葱、にんじん 人参、キャベツ、にんにくがはい 入った貝だくさんの食 べやすいスープです。

やさしい ふうみ あじ 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

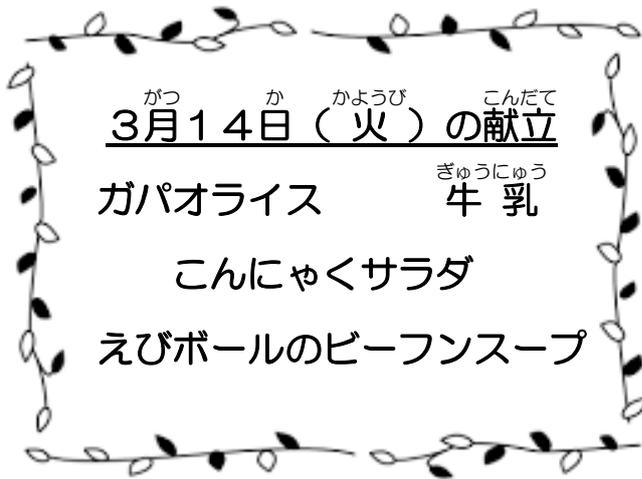
す。何を食べれば良いか迷った時は、これまで学んだ事や、給食

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。

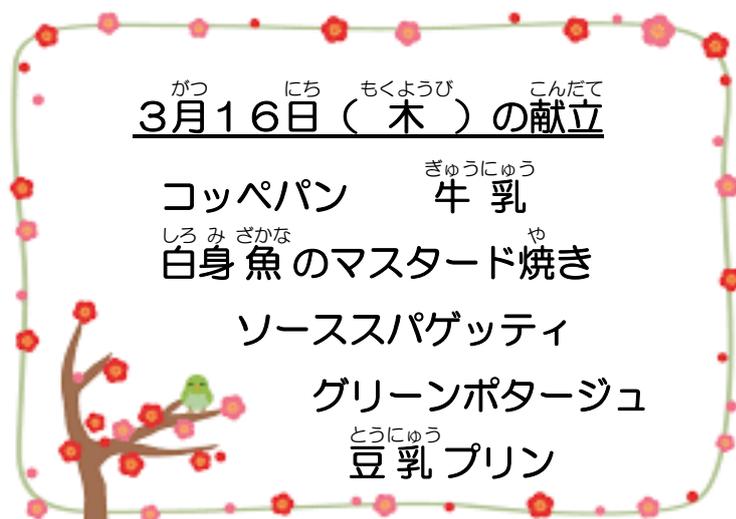
今日の給食も、本場タイのガパオライスとは少し異なりますが、

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！