

月	火	水	木	金
3 ちらしずしのぐ れんこんいり つくね ひなあられ ごはん すいもの ひなまつり ちらしずしは、ひなまつりの定番メニューです。ひなあられの桃色は桃の花、白は雪解け、緑は新芽を表しています。	4 はくさいの ひじきあえ ごはん カレーうまに ひじき ひじきは縄文時代から食べられてきた海藻で、日本の近の海でたくさんとれます。長崎県もひじきの産地です。	5 だいこんの いためもの かたぬき チーズ しょうこっぺパン やさいラーメン だいこん 大根 だいこんは、寒い季節においしくなる野菜です。別名「すずし」とよばれ、春の七草のひとつです。	6 ほうれんそうの のりずあえ いわしの うめみそに ごはん さつまじる さつま汁 さつま汁は鹿児島を代表する郷土料理です。具材は、豚汁と似ていますが、鶏肉を使うのが特徴です。	7 きゅうりのしおもみ とりのからあげ ポトフ パインパン ポトフ ポトフは、フランス語で「火にかけた鍋」という意味があります。大きな鍋に水と材料を入れ、ストーブの上で作る料理です。
10 はくさいの ごまずあえ ちぐさやき ごはん けんちん汁 けんちん汁 けんちん汁は、日本各地にある家庭料理のひとつです。地域によってはみそ味のところもあります。	11 こまつなのにびたし ごはん にくじゃが こまつな 小松菜 小松菜は、関東地方でたくさん作られています。特にカルシウムと鉄分がたくさん入っている野菜です。	12 かいそうサラダ りんごのタルト しょうこっぺパン さらうどん 卒業おめでとう 卒業生みなさんこれまでの給食を振り返りながら味わって食べてください。これからも元気に過ごしてくださいね。	13 ハーブ ドレッシング サラダ ごはん ハヤシライスの 具 ハヤシライス ハヤシライスの正式名称は「ハッシュドビーフ&ライス」であると言われています。明治時代に広まりました。	14 卒業式 
17 ツナとたかなの いためもの りんご ごはん いりやき いり焼き いり焼きは、対馬市に伝わる郷土料理です。材料を油で炒ってから煮るので、いり焼きという名前になりました。	18 小学校卒業式 	19 さばの エスカベッシュ いんげんまめ のスープ こめこパン 食育の日:さば 毎月19日は食育の日です。今日のさばは、長崎市の漁港に水揚げされ、地元で加工されたものです。	20 春分の日 	21 だいこんと みずなの サラダ はるやさいの クリームパスタ しょうこっぺパン 春野菜 春野菜には、元気パワーがぎゅっと詰まっています。苦味がある野菜が多いのも春野菜の特徴です。



ご卒業おめでとうございます

