

朝晩の冷え込みがだんだんとやわらぎ、日差しの温かさに春の訪れを感じる日が多くなってきました。今年度も残りわずかとなりました。6年生は、まもなく卒業式を迎えますね。手洗いうがいをしっかりとして、規則正しい生活と栄養バランスのよい食事で免疫力を高め、元気に1年間を締めくくりましょう。

Table with columns: 日曜 (Day of the Week), 献立名 (Menu Name), 使用材料名 (Ingredients), エネルギー Kcal (Energy Kcal), たん白質 g (Protein g). Rows include dates from 3月 (March) to 19日 (19th).

一食平均エネルギー:627 Kcal たんぱく質:25.5 g 脂質:19.3 g 食塩:1.9 g

☆献立は、食材量の入荷状況やO157・ノロウイルス対策などのため変更する場合があります。

ふるさとこんだて 13日(木)
『北陸新幹線 開業10周年お祝い献立』
3月14日は、北陸新幹線・上越妙高駅が開業して10周年を迎えます。上越地域に新幹線が通ったことにより、関東や北陸地域に行きやすくなりました。また、ビルやホテルができたり、飲食店やイベントが増えたりして、上越に人が集まりやすくなりました。そこで給食では、開業10周年をお祝いして、新幹線のイラスト入りの玉子焼きや、駅のコンセプトである「さくらと雪の平原」をイメージした桜ごはんです。他には、上越野菜のとうなや、上越になじみの深い車麩を使っています。
上越の美味しいものが、他の地域にも広まるといいですね。15日には記念イベントも行われます。お祝いする気持ちで給食をいただきます。

6年生のみなさんへ
ご卒業おめでとうございます。
6年間の学校生活では、たくさん思い出ができたことでしょう。
さて4月からはよいよ中学生。体も心もますます成長する時期です。中学校でも「食べること」を大事にし、明るく元気な中学校生活を送ってください。
これからのみなさんの活躍をお祈りしています。
調理員一同