月	火	水	木	金
こんだて えいよう三色	主食(ごはん・パン)・牛乳 大きなおかず 小さなおかず	ひなまつり		堺のめぐみ
おかずの内容(g)	★予定献立は内容を一部変更する場合があります	ひなまつりは桃の花が咲く時期なので、「桃の節句」とも言います。ひなまつりにはひな人形や桃の花を飾り、ひし餅や甘酒をお供えてお祝いをする習慣があります。		堺産農産物『堺のめぐみ』を使用する予定です。 小松菜・・・17日 春菊・・・19日 だいこん・・・19日 キャベツ・・・5,12,13日

こんだて ひなまつり 3献立	4	5	6	7 万博献立 オーストラリア
おかずの内容(g)				

こんだて 10	11	12	卒業お祝い 13献立	14
おかずの内容(g)				

こんだて 17	19	21	21 もう一度食べたい給食アンケート結果
おかずの内容(g)			

くるで、万博!

4月から大阪・関西万博が開催され、世界中からたくさんの方が集まります。今年度は毎月世界の食文化を紹介します。

【オーストラリアの食文化について】
オーストラリアはカンガルーやコアラなどの動物が多く住み、自然豊かな国です。
オーストラリア料理には、牛肉やラム(子羊の肉)などがよく使われます。それは、広い土地を利用し、牛や羊の放牧が盛んなためです。
また、カンガルー・ワニ・エミューなどのオーストラリアならではの肉料理もあります。シンプルに焼く料理が多いそうです。

1年間をふりかえろう

給食は、みなさんが元気に成長できるように考えてつくられています。
毎日残さず食べましたか？また給食当番の仕事はきちんとできましたか？自分自身のことをふりかえてみましょう。

来年度の小学校給食は、4月11日(金)からはじまります。お楽しみに♪

栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質エネルギー比 (%)	脂質エネルギー比 (%)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	亜鉛 (mg)	ビタミンA (μgRAE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食塩相当量 (g)	食物繊維 (g)
3月平均	607	15.3	28	287	75	2.3	2.5	209	0.32	0.46	26	2.19	5.0
文部科学省基準	650	13~20	20~30	350	50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	2.00未満	4.5以上

※栄養価は「日本食品標準成分表2020年版(8訂)」に基づき算出しています