



令和7年
3月

3月給食もぐもぐメモ

川口市立新郷小学校
食育部

日	曜	献 立 名			きょう 今日の給食もぐもぐメモ
		主 食	飲み物	お か ず	
3	月	酢めし	牛乳	はる 春のちらしずし すまし汁 ひし形ゼリー	か 3日はひなまつりです。ひなまつりは桃の節句とも言い、女の子のすこやかな成長を 願い、春が来たことを喜ぶ料理でお祝いします。ひし形ゼリーの色は日本の四季、桃 色は春、緑は夏、黄色は秋、白は冬を表しています。
4	火	じごな 地粉 うどん	牛乳	カレーなんばん 大学いも チーズ	だいがく 大学いもの名前がなぜついたかにはいろいろな説がありますが、大正時代に東京の大 がく 学がたくさんある街で作られ始め、大学生に入気があったからという説が有名です。 だいがく 大学いものたれは、給食室で水あめを使って調理員さんが手作りしています。
5	水	ぶた 豚キムチ チャーハン	牛乳	トック デコポン	デコポンの果物としての正式な名前は「しらぬい」です。へたの部分が 出っぱっているのが特ちょうで、みかんのように中の薄い皮ごと食べ られます。
6	木	ごはん	牛乳	さばの香味焼き れんこんの炒め煮 たまねぎのみそ汁	さばは日本中で人気のある魚です。一年中売っていますが、太平洋側では秋から冬が おいしい時期です。血液をサラサラにするEPA、脳の成長に欠かせないDHAなど、体に よいはたらきをする脂質が多く含んでいます
7	金	さきたま ライスボール	牛乳 コーヒー 飲料	ミートボールのトマト煮 川口ロポテトコロッケ ボイルキャベツ	今日のコロッケは、川口市内の農家でとれたじゃがいもを使った「川口ロポテトコロッ ケ」です。黄色い色とほくほくした食感が特徴の「とうや」という品種のじゃがいも を使っています。
10	月	むぎ 麦ごはん	牛乳	カレーライス 菜の花のソテー ゆで卵	菜の花は春先にしか食べられない春を感じさせてくれる野菜です。少し苦くて甘 い味わいがあり、咲く前の花のつぼみを食べます。ビタミンCや鉄分、葉酸など、と りにくい栄養素がたっぷり詰まっています。
11	火	ホット 中華めん	牛乳	和だしラーメン とりのから揚げ ミニトマト	今日はかつお節や煮干しでだしをとった和だしラーメンです。ラーメンに入っている メンマは麻竹という竹をゆでて、1ヶ月以上発酵させてから作ります。昔はシナチク という名前で呼ばれていました。
12	水	ごはん	牛乳	とりのから揚げ梅ソース ポテトサラダ 春野菜のみそ汁	今日は新郷小メニューコンクールで6年生が考えてくれた「いろんな味覚が楽しめる 献立」です。みんなが大好きながら揚げも梅ソースで違った味覚で楽しめます。旬の 食べ物もたくさん使って季節感も楽しめる献立です。
13	木	ぼうふう ごはん	牛乳	ししやもの天ぷら かきたま汁	ぼうふうは川口市で作られている野菜で、差間小学校の校章にも使わ れています。茎はきれいな赤紫色をしています。お刺身の飾りやお浸 しなどにして使う高級食材です。今日は炊き込みご飯にしました。
14	金	あ 揚げパン (グラニュー糖)	牛乳	ポークビーンズ りんごヨーグルト	ポークビーンズはアメリカの家庭料理です。豆の種類を変えたりベーコンを入れた り、それぞれの家庭によっていろいろな作り方があります。新郷小の給食では生の大 豆を油でいためてから煮込む料理法で、大豆のおいしさを引き出しています。
17	月	せきはん 赤飯 ごま塩	牛乳	ほきの磯香揚げ けんちん汁 お祝いクレープ	今日は卒業、進級をお祝いしてお赤飯です。日本では古くから赤い色はよくないもの を払うとされ、赤米は神様にお供えする食べ物でした。今は小豆やささげなどの豆を 煮た赤い煮汁で色を付けています。