

おしらせ

3/7(月)の「しまんとう」は、
具同小学校の5年生が、
総合的な学習の時間に
育てたお米を使って作った
ものです！

<p>1 ほしだいこんのすのもの</p> <p>ぶんたん</p> <p>ごはん</p> <p>あつあげとぶた肉の みそいため</p>	<p>2 ミディトマト</p> <p>おさかな アーモンド</p> <p>スパゲッティサラダ</p> <p>ごはん</p> <p>にくじゃが</p>	<p>3 ひなまつりこんだて</p> <p>きびなごのからあげ</p> <p>ひなあられ</p> <p>なのはなのからしあえ</p> <p>ちらしずし</p> <p>かまぼこのすましじる</p>	<p>4 フルーツポンチ</p> <p>ピラフ</p> <p>グリーンサラダ</p> <p>マスタードチキン</p>
<p>7 ツナサラダ</p> <p>しまんとう</p> <p>ごはん</p> <p>ポークビーンズ</p>	<p>8 ひじきのふりかけ</p> <p>朝ごはんコンテスト [西土佐中3年生]</p> <p>えのきのおたし</p> <p>ごはん</p> <p>いりどうふ</p>	<p>9 しいらのおうごんあげ</p> <p>ももゼリー</p> <p>はるキャベツのこんぶあえ</p> <p>ごはん</p> <p>いなかじる</p>	<p>10 きゅうりのあさづけ</p> <p>朝ごはんコンテスト [後川中2年生]</p> <p>アスパラとウィンナーと 卵の簡単炒め</p> <p>伍詰めで簡単！ サバの炊き込みご飯</p> <p>とんじる</p> <p>朝ごはんコンテスト [西土佐小6年生]</p>
<p>14 ブロッコリーサラダ</p> <p>ケチャップ</p> <p>ミニゼリー (りんご)</p> <p>セルフオムライス</p> <p>はるさめスープ</p>	<p>15 ピーマンともやしの ごまあえ</p> <p>ゆずゼリー</p> <p>さけのてりやき</p> <p>べんまいごはん</p> <p>スリミのみそ汁</p> <p>朝ごはんコンテスト [竹島小6年生]</p>	<p>16 高知家フレンチサラダ</p> <p>いちご(2こ)</p> <p>むぎごはん</p> <p>高知ドライカレー</p> <p>地産地消メニュー [栗山小6年生]</p> <p>地産地消メニュー [栗山小6年生]</p>	<p>17 ごもくビーフン</p> <p>ちくわのいそべあげ (小2こ・中3こ)</p> <p>ごはん</p> <p>もやしのちゅうかあえ</p>
<p>21</p> <p>しゅんぶん</p> <p>春分の日</p>	<p>22 しょうゆ ドレッシングあえ</p> <p>はるか</p> <p>むぎごはん</p> <p>そばうどん</p>	<p>23 きゅうりのあますづけ</p> <p>おこのみソース</p> <p>おこのみあげ</p> <p>ごはん</p> <p>みそしる</p>	<p>24 やさいのあえもの</p> <p>たいやき</p> <p>ごはん</p> <p>にらとん</p>
<p>18 高知の食べものいっぱいの日</p> <p>高知ハンバーグ</p> <p>地産地消メニュー [具同小6年生]</p> <p>きゅうりのぶしゅピクルス</p> <p>ごはん</p> <p>野菜たっぷりミネストローネ</p> <p>地産地消メニュー [具同小6年生]</p>			

3月

よていにこんだて
もいつけひょう

スクールミールひがしやま・なかむらみなみ・ぐどう

＜地産地消メニュー＞

3/16(水)と3/18(金)には、東山小学校と具同小学校の6年生が、外国語の授業で考えたオリジナルの「地産地消メニュー」が登場します。

「地産地消」とは、「地元で生産されたものを、地元で消費する」という意味です。高知県や四万十市のおいしい食材を、生産者の方々に感謝しながら、いただきましょう。

卒業おめでとう

