

# 給食だよ!

# 3月

令和7年2月28日  
札幌市立北都中学校  
札幌市立厚別北中学校

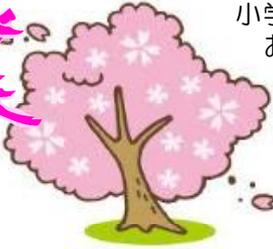
卒業  
おめでとう

早いもので、今年度も残すところあと1か月となりました。  
寒さの中にも少しずつ春の訪れを感じる季節です。

3年生にとっては中学校生活も残り少なくなりました。

小学校に入学してから9年間食べ続けてきた学校給食ともお別れです。3月は3年生のリクエスト献立を中心に、思い出のある人気メニューがたくさん入っています。

3月14日(金)の卒業式と、その前日の13日(木)は給食がありませんので、3月12日(水)が3年生の最後の給食になります。



## 3月12日(水)は卒業お祝い献立です!

学校でお赤飯を作ります。そして、卒業する3年生の**巣立ち**をお祝いする気持ちをこめて「**すだちゼリー**」をつけました!



## レシピ紹介~

### ミートパスタグラタン



分量 4人分

マカロニ (ペンネ)・・・140g
豚肩ひき肉・・・100g
しょうが・・・少々
にんにく・・・少々
ナツメグ・・・少々
玉ねぎ・・・400g (中2個)
にんじん・・・150g (小1本)
マッシュルーム・・・45g
セロリ・・・10g (約3cm)
サラダ油・・・小さじ1
A { 小麦粉・・・大さじ2
バター・・・大さじ1
サラダ油・・・大さじ1
スープ・・・150mL

ケチャップ・・・60g
ホールトマト・・・1/3カップ
ウスターソース・・・大さじ1
中濃ソース・・・大さじ1
しょうゆ・・・小さじ1
赤みそ・・・小さじ1
塩・・・少々
こしょう・・・少々
チーズ・・・8g
赤ワイン・・・小さじ1
パセリ・・・適量
モッツアレラチーズ・50g
粉チーズ・・・大さじ3
パン粉・・・大さじ1~2

給食では、容器にグラタンを半量入れたところでモッツアレラチーズ(ミックスチーズ)をはさみ、残りのグラタンを重ねて焼いています。食べる時に中のチーズが伸びて、さらにおいしく食べられます!



作り方

- ① マカロニは、塩を加えた湯でかためにゆでる。
- ② 野菜はみじん切りにする。
- ③ 厚手の鍋を弱火にかけて、Aのバター・油を入れ、こがさないように溶かし、小麦粉をふり入れ炒める。こんがりと色づきトロツとするまでよく炒めブラウンルウをつくる。
- ④ 別の鍋に油を熱し、セロリ・しょうが・にんにくを炒める。豚肉・ナツメグを加え、ぽろぽろになるまで炒める。さらに、玉ねぎ・にんじんも入れてよく炒め、スライスしたマッシュルーム・スープを入れて煮る。(マッシュルームは入れなくてもよい)
- ⑤ Bの調味料を入れて味をととのえる。
- ⑥ 細かく切ったチーズとブラウンルウを入れ、弱火で煮込み、①のマカロニを入れ、仕上げに赤ワインをいれる。
- ⑦ 耐熱皿にグラタンを入れ、モッツアレラチーズ(ミックスチーズ)と粉チーズ・パン粉・パセリをふりかけ200℃のオーブンで15~20分こんがりとし焼き色がつくまで焼き上げる。

# 3月予定献立

6日(木)からは3年生のアンケートで1位だったパンとめん、そして2位までのご飯が入った「3年生リクエスト献立」です!

月 3日	火 4日	水 5日	木 6日	金 7日
鮭ちらし すまし汁 (豆腐・わかめ) チキンナゲット  3年生給食なし	ゆであげ ミートソース スパイシーポテト 清見オレンジ  3年生給食なし	とりめし いわしハンバーグ (おろしソース) ごま和え	カレーライス  ご飯2位 切り干し大根の サラダ アイスクリーム	揚げパン <b>パン1位</b> イタリアンスープ ほうれん草と ベーコンのサラダ ベビークーズ
米 大麦 紅さけ 人参 干しいたけ かんぴょうほうれんそう 白ごま/豆腐 塩わかめ 干しいたけ 長ねぎ /チキンナゲット なたね油	スパゲティ オリーブ油サラダ油 パセリ 豚肉玉ねぎ 人参 大豆 セロリー 生姜 にんにく 小麦粉 トマト /じゃがいも なたね油 パセリ /清見オレンジ	米 大麦 鶏肉むね 鶏肉もも 生姜 玉ねぎ サラダ油/いわしハンバーグ なたね油 /大根 生姜 かつくり粉/小松菜 白菜 白すりごま /	白飯 豚肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリー りんご 生姜 にんにく 小麦粉 サラダ油 /切り干し大根 まぐろ水蒸し 人参 もやし きゅうり 白ごま 白みそ ごま油 /アイスクリーム	ソフトフランスパン なたね油 /ベーコン じゃがいも 玉ねぎ 人参 ホールコーン パセリ マカロニ /ベーコン ほうれん草 もやし 白ごま/ベビークーズ
<b>10日</b> <b>ビビンバ</b> <b>ご飯1位</b> ひじき入りぎょうざ フルーツカクテル	<b>11日</b> <b>味噌ラーメン</b> アメリカンドッグ デコポン めん1位	<b>12日</b> 赤飯 けんちん汁 ザンギ すだちゼリー 卒業お祝い 献立 祝	<b>13日</b> 給食なし 	<b>14日</b> 卒業式 
米 大麦 豚肉 焼き豆腐 メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく ごま油 人参 ほうれん草 もやし 白ごま /ひじき入りぎょうざ なたね油/みかん缶 パイン缶 黄桃缶 なし缶 夏みかん缶 りんご	ソフトラーメン 豚肉 玉ねぎ 人参 生姜 にんにく 白ごま みそ ごま油 もやし メンマ サラダ油 ほうれん草 長ねぎ 茎わかめ /ポークウィンナー 小麦粉 卵 牛乳 なたね油/デコポン	もち米 甘納豆 黒ごま/鶏肉 豆腐 こんにゃく 人参 大根 ごぼう 長ねぎ サラダ油 /鶏肉 生姜 にんにく 卵 かつくり粉 /すだちゼリー	春分の日 	ピザトースト コーンクリーム スープ パイン缶 角食 ベーコン 玉ねぎ ビーマン トマト チーズ /コーン ベーコン 玉ねぎ 人参 パセリ 小麦粉 バター 油 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ /パイン缶
<b>17日</b> 豚すき丼 味噌汁 (大根・油揚げ) さつまいも天ぷら	<b>18日</b> 肉うどん ココア蒸しパン ミニトマト	<b>19日</b> ドライカレー ストローポテト サラダ デコポン	<b>20日</b> 春分の日 	<b>21日</b> 給食なし 
<b>24日</b> 給食なし 	<b>25日</b> 修了式 	北都中学校と厚別北中学校の3年生の皆さんに「最後に食べたい給食」を聞きました! <b>3年生リクエスト献立アンケート結果</b>		

	パンの部	票数	めんの部	票数	ご飯の部	票数
1位	揚げパン	157	味噌ラーメン	101	ビビンバ	62
2位	ロールパンとグラタン	36	沖縄そば	97	カレーライス	42
3位	ソフトフランスパンといちごジャム	35	醤油ラーメン	39	スープカレー	29
4位	黒コッペパン	22	きつねうどん	24	焼豚チャーハン	28
5位	豆パン	21	パスタミートソース	15	わかめご飯	27

パンの部は揚げパンがダントツの1位でした!パンの部の2位と3位は2月の献立に入れました。

麺の部は1位の味噌ラーメンと2位の沖縄そばは4票差でした!2位の沖縄そばは2月の献立に入れました。

ご飯3位のスープカレー、4位の焼豚チャーハン、5位のわかめご飯は2月の献立に入れました!