

# 給食だよ

# 3月

令和8年2月27日  
札幌市立北都中学校  
札幌市立厚別北中学校

## おめでとう

早いもので、今年度も残すところあと1ヶ月となりました。  
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。  
小学校の時から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13日の卒業式と、前日12日は給食がありませんので、3月11日(水)が3年生の最後の給食になります。  
3年生は残り少ない給食を楽しんでください!

## 3月10日(火)は卒業お祝い献立です!



## お赤飯

お祝いごとには欠かせないお赤飯。  
給食でも毎年、3年生の最後の給食の日に「卒業祝い」のお赤飯を作っておりましたが、今年の3年生の最後の給食は水曜日で麺の指定日のため、リクエスト給食の『麺の1位』の献立を優先して、お赤飯は前日の10日(火)に作ることにいたしました。  
“もち米や甘納豆は苦手…”という人もいるようですが、残さず食べてみんなで3年生の卒業をお祝いしましょう。

## レシピ紹介～とりめし

2月19日に予定していた人気の「とりめし」は臨時休校のため実施できませんでした。今回はとりめしのレシピをご紹介します。

分量 4人分

～ご家庭でもぜひ作ってみてください～

### 作り方

米	2合
しょうゆ	大さじ1/2
酒	小さじ1
塩	小さじ1/3弱
鶏がらスープ	
鶏むね肉	60g
鶏もも肉	60g
生姜	1かけ
酒	小さじ1
玉ねぎ	1個(180g)
油	小さじ1/2
塩	小さじ1/3
しょうゆ	大さじ1
酒	小さじ1/2
みりん	小さじ2
砂糖	大さじ1/2

- ① 米をといでおく。
- ② 鶏肉は2cm角に切り、すりおろした生姜と酒で下味をつける。
- ③ 玉ねぎは角切りにする。
- ④ 油を熱し、鶏肉、玉ねぎをよく炒め、調味料を入れて煮る。  
(※この時出た煮汁は炊飯に使う)
- ⑤ 米は酒、しょうゆ、塩、鶏がらスープと④の煮汁を加えて、水分を調整して炊飯する。
- ⑥ 炊きあがったごはん、具を混ぜ合わせて出来上がり。



# 3月予定献立

3月の卒業式前は、3年生のアンケートで1位だったご飯とめん、そして2位までのパンの献立が入った「3年生リクエスト献立」になります！

月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日
ロールパン <b>パン2位</b> ミートパスタグラタン 小松菜とコーンのサラダ デコボン 3年生給食なし	チキンライス 高野豆腐のフライ ストローポテト 3年生給食なし サラダ	肉うどん ココア蒸しパン ミニトマト 3年生給食なし	焼豚チャーハン 南瓜コロッケ 中華サラダ 3年生給食なし	カレーライス <b>ご飯1位</b> フルーツ白玉
ロールパン マカロニ 豚肉 生姜 にんにく 玉ねぎ 人参 セロリ サラダ油 小麦粉 パター チーズ トマトパン粉 パセリ/ローズハム 小松菜 コーン 白ごま サラダ油 /デコボン	米 大麦 バター トマト 鶏肉 玉ねぎ 人参 グリンピース サラダ油 /高野豆腐 小麦粉 卵 パン粉 白ごま なたね油 /ローズハム キャベツ きゅうり コーン じゃがいも なたね油 白ごま	ソフトめん 豚肉 油揚げ つと 人参 ほうれん草 長ねぎ 干しいたけ たもぎたけ /小麦粉 ホットケーキミックス ベーキングパウダー 卵 牛乳 ピュアココア パター スキムミルク/ミニトマト	米 大麦 サラダ油 豚肉 長ねぎ 生姜 にんにく 人参 玉ねぎ コーン 干しいたけ グリンピース ごま油/かぼちゃコロッケ なたね油/ローズハム 春雨 きゅうり もやし 人参 ごま油 白ごま	白飯 豚肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリ りんご 生姜 にんにく 小麦粉 サラダ油 /みかん缶 パイン缶 黄桃缶 なし缶 夏みかん缶 白玉もち
9日	10日	11日	12日	13日
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 毎日骨太ベビーチーズ	赤飯 けんちん汁 醤油味 ザンギ アイスクリーム <b>卒業お祝い献立</b>	味噌ラーメン <b>めん1位</b> アメリカンドッグ すだちゼリー	給食なし	卒業式
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 コーン パセリ マカロニ /ベーコン ほうれん草 もやし サラダ油 白ごま/チーズ	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 なたね油/アイスクリーム	ソフトラーメン 豚肉 玉ねぎ 人参 生姜 にんにく 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/すだちゼリー		
16日	17日	18日	19日	20日
ゆであげ ミートソース 星のコロッケ キャロットゼリー	五目ごはん 味噌汁(じゃがいも) メンチカツ	きつねうどん スイートポテト 清見オレンジ	ドライカレー あさりのサラダ 洋なし缶	春分の日
スパゲティ オリーブ油 サラダ油 パセリ 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 大豆 セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 トマト/星のコロッケ なたね油 /人参 粉寒天 オレンジジュース	米 大麦 鶏肉 油揚げ しらたき 人参 ごぼう たけのこ ひじき 干しいたけ サラダ油 /じゃがいも わかめ 長ねぎ みそ /メンチカツ なたね油	ソフトめん 油揚げ 鶏肉 つと 干しいたけ 長ねぎ たもぎたけ ほうれん草 /さつまいも パター 牛乳 生クリーム スキムミルク /清見オレンジ	米 大麦 サラダ油 オリーブ油 豚肉 玉ねぎ 人参 セロリ 生姜 にんにく 大豆 ピーマン パセリ/レーズン 小麦粉 トマト みそ /あさり 生姜 きゅうり キャベツ 人参 ごま油 ごま/洋なし缶	
23日	24日	<p>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！</p> <p><b>3年生リクエスト献立 アンケート結果</b></p>		
ピザトースト コーンクリームスープ パイン缶	深川めし 豚汁 さつまいも天 ぷら			
角食 ベーコン 玉ねぎ ピーマン 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 サラダ油 牛乳 豆乳 スキムミルク チーズ /パイン缶	米 大麦 あさり 生姜 人参 ごぼう サラダ油 みそ 葉大根 /豚肉 豆腐 じゃがいも こんにゃく 人参 大根 玉ねぎ ごぼう 長ねぎ 生姜 サラダ油 みそ/さつまいも 小麦粉 卵 なたね油			

パンの部	票数	めんの部	票数	ご飯の部	票数
1位 揚げパン	221	味噌ラーメン	109	カレーライス	69
2位 ロールパンとグラタン	31	沖縄そば	98	ビビンバ	67
3位 豆パン	20	塩ラーメン	32	わかめご飯	39
4位 かぼちゃパン	15	しょうゆラーメン	27	キーマカレー	31
5位 黒コッペ	12	パスタミートソース	25	とれめし	30

パンの部は揚げパンがダントツの1位でした！2位のロールパンとグラタンは1週目に入れました。

麺の部は味噌ラーメンが不動の1位ですね。2位の沖縄そばは、2月の最終週に入れました。

ご飯の部1位のカレーライスと2位のビビンバはわずか2票差でした。ご飯の2位～5位は2月の献立に入れました！