

二〇二二年度
(令和四年度)

3

March

給食だより

【概要版】

Hokkaido high school for the Deaf
News from school lunch



オレンジは、柑橘類の中では、世界で一番生産量の多いフルーツです。日本に輸入される果実の中でもバナナ・グレープフルーツに次いで第3位の実績を誇っています。そのまま食べたり、サラダに付け合せたり、バリエーションも様々。1年中食べられる点で、日本人にとっても、もっとも身近な柑橘類の1つとなりました。オレンジの2大品種はバレンシアとネーブルです。

おへそが有るのがネーブルで、無いのがバレンシアです。ネーブルとは、英語でおへそを指します。果頂部にある丸いへこみが、おへそのように見えることからこの名がつけました。実はこのおへそ、ネーブルオレンジの中に隠されたもうひとつ果実で、小さい二次的な果肉部が果頂部から顔を出しているのです。

ネーブルオレンジには、ほろ種がなく、そのまま生で食べるのに大変便利です。甘味と酸味のバランスが抜群で、「世界最高のオレンジ」と呼ばれています。

3月2023

2(木) 掃除担当 :2A

3(金) 掃除担当 :2DE

牛乳
ごはん
大根のみそ汁
鮭ごまみそ焼き
ほうれん草のサラダ

牛乳
桜ちらし寿司
すまし汁
五目たまご焼き
千切り三色野菜
ももゼリー

6(月) 掃除担当 :1A

7(火) 掃除担当 :1CD

8(水) 掃除担当 :1E

9(木) 掃除担当 :S1

10(金) 掃除担当 :2A

牛乳
ごはん
ほうれん草のみそ汁
鱈ザンギ
切干大根とひじきのサラダ

牛乳
焼きそばパン
かぼちゃポタージュ
マカロニサラダ
ミニトマト

牛乳
ごはん
じゃが芋のみそ汁
鶏肉の照り焼き
小松菜のサラダ

牛乳
かきあげうどん
バナナ
元気ヨーグルト

牛乳
ビビンバ
コーンの中華スープ
キャベツのナムル

13(月) 掃除担当 :2DE

14(火) 掃除担当 :12B

15(水) 掃除担当 :1A

16(木) 掃除担当 :1CD

17(金) 掃除担当 :1E

牛乳
ごはん
大根とえのきのみそ汁
ほっけのもみじ焼き
ほうれん草の海苔和え

牛乳
角食パン
チョコクリーム
豆とウインナーのスープ
かぼちゃコロッケ
シーザーサラダ

牛乳
ごはん
ふりかけ
厚揚げのみそ汁
チキンナゲット
小松菜のごま和え

牛乳
トマトクリームスパゲティ
コーヒーゼリー
アーモンドカル

牛乳
コーンごはん
えのきのスープ
オープンオムレツ
茹でブロッコリー

20(月) 掃除担当 :2A

22(水) 掃除担当 :2DE

23(木) 掃除担当 :S1

牛乳
たまごじゅうどん
中華ごまだんご
オレンジ

牛乳
ドライカレー
コールスローサラダ

牛乳
バターロール
ドミソース煮
ポテトサラダ
さくらゼリー