

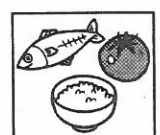





月	火	水	木	金
1 カラフルサラダ 白身魚フライ 食パン ポテトスープ 牛乳	2 お祝いデザート 筑前煮 ごき塩 赤飯 チキンカツ 牛乳	3 [OOO] 三色団子 菜花入りおひたし ちらし寿司 魚春の佃煮焼き 牛乳	4 オレンジ 福神漬 キャベツのソテー 麦ごぼん カレー 牛乳	5 卒業証書授与式 卒業証書 牛乳
8 海藻サラダ マーマレードチキン 黒パン ポトフ 牛乳	9 肉じゃが 鮭のマヨネーズ焼き 麦ごぼん 湯葉のすまし汁 牛乳	10 ゆかりあえ 手作りかき揚げ うどん きつねうどんのかけ 牛乳	11 高野豆腐とキャベツの炒め物 魚卵の蒸焼 麦ごぼん 白果の味噌汁 牛乳	12 炒め物 焼き肉 麦ごぼん トーフスープ 牛乳
15 大根サラダ ハゴブスのケチャップソース 米粉入り食パン キャベツのスープ 牛乳	16 中華サラダ 揚げギョウザ 麦ごぼん ワンタンスープ 牛乳	17 大豆と小豆の揚げ煮 コーンモヤシ ソフト麺 カレー風味あんかけソース 牛乳	18 いい歯の日 さんしやごぼう 魚のこけし 麦ごぼん じゃが芋の味噌汁 牛乳	19 食育の日 白豆乳のみかんタルト 鶏ちゃんから揚げ 五目ピラフ 中華スープ 牛乳
22 カラフルポテト キーマカレー 食パン わかめスープ 牛乳	23 切干大根の煮付 竹輪の磯辺揚げ 麦ごぼん 豚汁 牛乳	24 茎わかめのサラダ 厚焼き卵 小型パン 焼きそば 牛乳	25 白ぶどうゼリー 南蛮のクロック チキンライス マカロニスープ 牛乳	26 修了式 牛乳

学校給食は「健康で豊かな学校給食支援事業」により、県・市・JAグループの一部助成金を受けています。

給食を通して学んだことを振り返ろう

寒さが少し和らぎ、待ちに待った暖かい春はすぐそこまで来ています。さて、今年度も残りわずかとなりました。みなさんは1年間、給食を通してさまざまなことを学んできました。給食が栄養になって体も心も大きく成長していることでしょうか。3月はそんな1年間を振り返り、できるようになったことや、これからがんばりたいことを考えてみましょう。

- ①食事は、人間が生きていく上で欠かすことのできない大切なものであることがわかりましたか？ 
- ②食べる前に手洗いうがいをしたり、栄養バランスのよい食事をとったりして、健康に気をつけることができましたか？ 
- ③学校給食にはいろいろな食品が使われていることを知り、食品の名前や料理の名前を知ることができましたか？ 
- ④給食は生産者・調理員・栄養士など多くの人びとによって支えられていることを知ることができましたか？ 
- ⑤配ぜんや盛りつけを丁寧に行ったり、食事のマナーに気をつけたり、一緒に食べる人を思いやることができましたか？ 
- ⑥自分たちの住む地域に昔から伝わる料理や、行事食などの食文化を知ることができましたか？ 


家族そろって食事をする時間を

みなさんの家庭では、家族そろって食卓を囲んでいますか？ 毎日、いつもの食卓で心を通わせながら食べると、互いの心や体の調子を知ることができます。そのほか、食事のマナーが自然と身についたり、親子間でのコミュニケーションの時間が増えたりします。一方で、一人で食べる「孤食」をしていると、食事のマナーがおろそかになったり、「ながら食べ」になったりしがちです。家庭での食事の時間を振り返り、家族でおいしさや楽しさを共有する時間を大切にしてみませんか。



伝えよう日本の味

「ひなまつり」



3月3日は、「桃の節句」と呼ばれ、子どもの健やかな成長と幸せを願う日です。

ひな人形を飾る風習は、室町時代頃に始まり、一般に広まったのは、明治時代以降からです。それまでは、厄をはらうために、紙の人形を飾っていました。

桃の節句に作られる行事食には、ハマグリのお吸い物・ひしもち・ちらし寿司などがあります。

