



令和4年度  
3月号

清瀬市立清瀬第七小学校  
(毎月19日は食育の日)

春の足音が聞こえ心はずむ3月は、学校では1年の締めくくりの月になります。  
この1年の学校生活はどうでしたか。健康に過ごすことができましたか。  
新しい学年、学校にむけて最後の月を元気に過ごしましょう。

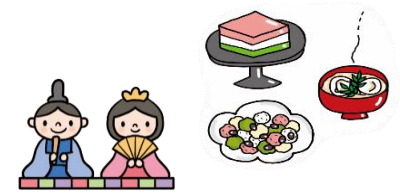
ねんかん きゅうしょく かい  
1年間の給食をふり返ってみよう!

「はい」は →、「いいえ」は →に進みましょう。

**スタート**

 すきぎらいなく、ぜんぶ食べられた。	 食事の前の手洗いをきちんとできた。	 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをして食べられた。	 がんばりましょう。 ちょっと困りました。給食で教わったことを思い出してがんばりましょう。
 給食当番の仕事がしっかりできた。	 皿を重ね、はしやスプーンの向きをそろえて、後片付けができた。	 食事のマナーをしっかり守って食べられた。	 もうひとがんばり 毎日の給食から、さらにいろいろ学びましょう!
 みんなと楽しく給食が食べられた。	 おわんや皿、はしを正しい位置に並べて食べるのができた。	 旬の食べ物やふるさとの料理を給食を通して知ることができた。	 よくできました。 もうひと息で100点です。
 みんなと楽しく給食が食べられた。			 大変よくできました。 みんなのお手本です。これからがんばってね!

3月の献立について



3日(金) ひな祭り「春のちらし寿司」  
「桃の節句」「上巳の節句」ともいい、ひな人形や桃の花を飾り、女の子の健やかな成長を願う節句のお祭りです。  
行事食として、赤・白・緑の3色のひし餅、ひなあられ、ちらし寿司、はまぐりのお吸い物などが食べられています。



8日(水) みつばちの白「きよはちサラダ」  
清瀬市では地域の活性化、健康食品はちみつのはちみつのはちみつのあるまちづくりのため、市役所の屋上でみつばちを育てています。みつばちによる受粉は、市内の農業にも役立っています。  
3月8日「みつばちの白」として、清瀬のはちみつ「Kiyohachi」をドレッシングに使ったサラダが登場します。

10日(金) 防災献立「湯炊き麦ご飯」  
平成23年3月11日、東日本大震災が起きました。給食ではいつも使っている炊飯器が使えないことを想定し、ガス釜でご飯を炊きます。



20日(月) 卒業・進級祝い献立「赤飯」  
昔から、赤い色には悪いことを遠ざける力があるとされていたため、お祝いの席で赤い色のご飯を食べていました。給食でも卒業・進級を祝い、赤飯を炊きます。

また3月は6年生のリクエスト献立も登場します。お楽しみに!

清瀬産の野菜をいただきます。

ほうれんそう      こまつな



出典：食育フォーラム