

3月給食だより

令和5年度3月号
清瀬市立清瀬第五中学校
校長 堀内雅之
栄養士 津嶋美希

卒業や進級など節目を迎える時期となりました。給食は、「心と体の栄養になるように」「おいしく安心して食べられるように」など、たくさんの思いを込めて作っています。皆さんは、給食を食べながら、どんなことを感じ、学んだでしょうか？

今年度の給食もあと少しで終わりです。この1年を振り返るとともに、残りの日々も給食をしっかりと食べて、元気に学校生活を送ってほしいと思います。

給食時間を
振り返ろう



この1年の給食時間を振り返り、できたことに○を付けましょう。

<p>給食の前に手をきれいに洗えた</p>	<p>給食当番の身支度をきちんとできた</p>	<p>食事のあいさつを心を込めて言えた</p> <p>いただきます</p>
<p>食器を正しく並べることができた</p>	<p>お箸を正しく持ち、上手に使うことができた</p>	<p>よくかんで味わって食べることができた</p>
<p>地域の産物や食文化を知ることができた</p>	<p>日本の伝統行事と行事食について知ることができた</p>	<p>バランスのよい食事の組み合わせがわかった</p>

出典:学校給食

～今月の献立紹介～

4日 ひな祭り献立・・・3月3日は桃の節句「ひな祭り」です。



給食では春の味覚「菜の花」を入れた「春のちらし寿司」、デザートにひしもちをイメージした「ひな祭りフルーツポンチ」を作ります。

7日 宮城県献立の日・・・宮城県郷土料理「油麩丼」と「ずんだもち」を作ります。この日はお米も宮城県産「つや姫」を使います。



11日 震災献立・・・甚大な被害を出した「東日本大震災」から今年で13年です。今年はじめには石川県能登半島で大きな地震も起きました。



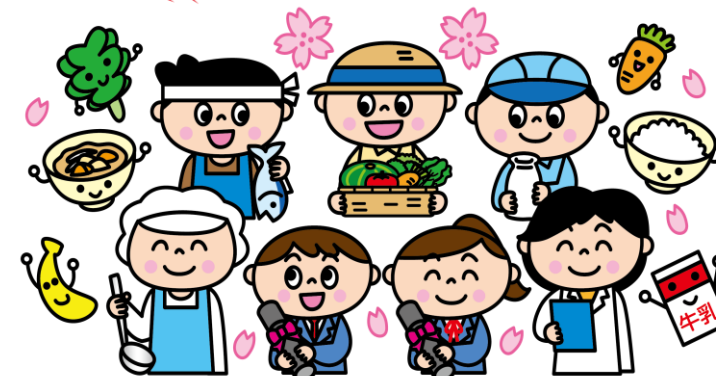
11日は炊き出しをイメージした給食です。震災はいつどこで起きるか分かりません。今一度非常時の備えや避難経路を再確認しておきましょう。

15日 進級進学お祝い献立・・・3年生最後の給食です。



お祝いの席には欠かせない「お赤飯」を炊きます。デザートにはグルテンフリーのデザート「米粉のガトーショコラ」を給食室で作ります。

!! 卒業おめでとうございます !!



3年生の皆さん、いよいよ卒業ですね。「食べる」というのは、動物や植物など、いろいろな生き物の命をいただくことです。その命をつないで、私たちは「生きる」ことができます。また、多くの人の支えがあって「食べる」ことができています。これからも感謝の気持ちを忘れずに、「食べる」ことを大切にしてください。

