



令和7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)

寒さの中にも、少しずつ春の訪れを感じる季節となりました。今年度の給食も、いよいよ最後の月を迎えました。日々の給食が、子供たちの健やかな成長につながっていれば幸いです。給食は、栄養バランスを考えた食事を通して、心と体の健康を支える大切な時間です。今年度も、安全・安心を第一に、季節の食材や行事食、地場産物などを取り入れながら提供してまいりました。最後まで気を引き締め、心を込めて給食づくりに取り組んでまいります。

ぼうさいこんだて
防災献立
ひがしにほんだいしんさい ひ
～東日本大震災の日～

大きな災害があると、学校が避難所になることがあります。その際には、給食室で炊き出しを行うことも想定されます。普段給食のご飯は電気を使った炊飯器で炊きますが、災害時は電気が使えなくなる可能性も高いです。給食室の外にはプロパンガスがあり、災害時も比較的早く使えます。清瀬市の給食では、災害時の訓練の一環として、東日本大震災のあった3月11日に合わせ、ガスを使った回転釜でご飯を湯炊きして提供しています。

当日は湯炊きご飯に、東北地方で水揚げされる「もうかざめ」を使ったおかずと、東北地方の郷土料理「はっと汁」を組み合わせています。



昨年年度の3月11日の給食
回転釜でもおいしくごはんが炊けます！

清瀬産の野菜をいただきます。

にんじん ほうれんそう ねぎ だいこん

はるやす あさ た
春休みもしっかり朝ごはんを食べよう



朝ごはんには、一日の始まりに脳や体をウォーミングアップさせる大事な働きがあります！また、胃腸を動かしてスムーズな便意も促します。朝ごはんを食べない朝食、夕飯の時間もずれていき、生活リズムも崩れてしまいます。春休み中も、一日の始まりに朝ごはんをしっかり食べ、新しい学年、学校生活もスムーズにスタートできるようにしましょう！

出典；食育フォーラム

ねんかん
1年間ありがとうございました！

本校の給食についてご理解とご協力いただき、ありがとうございました。給食は、子供たちが食について学び、望ましい食習慣を身に付ける大切な機会でもあります。来年度も、食を通して学びを深められる給食となるよう、内容の充実と安全管理の徹底に努めてまいります。引き続きどうぞよろしくお願いいたします。



1年間ありがとう
ございました

