



給食だより



3月

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、給食を通して様々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でしょう。3月はそんな1年間をふり返り、できるようになったことや、これから頑張りたいことを考えてみましょう。

進級・進学に向けて

健康的な食生活を身につけよう

食生活指針

- ・ 食事を楽しみましょう。
- ・ 1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを。
- ・ 適度な運動とバランスのよい食事で、適正体重の維持を。
- ・ 主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。
- ・ ごはんなどの穀類をしっかりと。
- ・ 野菜・果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせて。
- ・ 食塩は控えめに、脂肪は質と量を考えて。
- ・ 日本の食文化や地域の産物を活かし、郷土の味の継承を。
- ・ 食料資源を大切に、無駄や廃棄の少ない食生活を。
- ・ 「食」に関する理解を深め、食生活を見直してみましょう。

3年生の給食アンケートの結果 (3学期の献立は3年生のリクエスト食を取り入れています)

一番好きな「主食」は？

- 1 麺類(ラーメン・うどん)
- 2 揚げパン
- 3 カレーライス

その他 ・お茶漬け・ピザパン等

一番好きな「主菜」は？

- 1 ジャンボ揚げ餃子
- 2 チキン(クリスピー・フライド)
- 3 鶏のから揚げ

その他 ・鯨の竜田揚げ・ハンバーグ等

一番好きな「副菜」は？

- 1 パリパリサラダ
- 2 コーンフレークサラダ
- 3 青のり大豆

その他・海藻サラダ・百味ビーンズ

一番好きな「汁物」は？

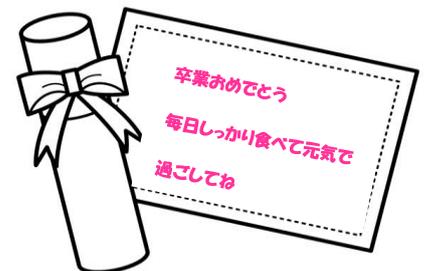
- 1 豚汁
- 2 リボンのパスタスープ
- 3 味噌汁

その他 ・豆乳スープ・なめこ汁等

一番好きな「デザート」は？

- 1 フルーツポンチ(サイダーポンチ)
- 2 ミカンゼリー
- 3 タピオカゼリー

その他・プリン・みのむし君・ケーキ等



<お知らせ>

- 2日(月):都立一般発表の為、3年生の給食はありません。
- 3日(火):2年生は校外学習の為、給食はありません。
- 18日(火):全学年給食最終日になります。

★令和8年度の給食開始は4月8日(水)からになります。
来年度もよろしくお願いいたします。