

給食だより3月号

北区立王子第一小学校
令和3年2月26日



まだまだ寒い日が続いていますが、日中のぽかぽかとした日差しに、時折春の訪れを感じる今日この頃です。今年度も残りわずかとなってきました。1年間、安全でおいしい給食をみなさんに提供するために、給食室一同努力してまいりました。これからもよく食べ、健康な体をつくり、楽しく充実した生活を送ってほしいと思います。

3月給食目標・・・1年間の食生活を反省しましょう

食事の前には、石けんで手洗いを
しましたか？



★石けんを使っていないに洗い、清潔なタオルやハンカチで手をふきましょう。ウイルス感染症予防のためにも手洗いを習慣づけましょう。

栄養バランスを考えて食べることが
できましたか？

★パンだけ、くだものだけなど1品ではなく、主食（ごはんなど）、主菜（肉、魚、卵など）、副菜（野菜など）、汁ものを組みあわせて、食べましょう。



給食当番の時、きちんと配膳が
できましたか？

★白衣・帽子・マスクを
きちんとつけて配膳が
できましたか？
守れなかった人は・・・いませんよね。



マナーを守って食事をすることが
できましたか？

★食べるときの姿勢や、
食器・はしの扱い方、食事
あいさつなど、マナーを守って
気持ちよく食事をしましょう。



よくかんで食べましたか？

★しっかりかんで食べると・・・
・肥満防止
・虫歯の予防
・消化吸収が良くなる
・脳の働きが活発になる



好き嫌いせずに食べましたか？

★食べたことがないものを
「食わず嫌い」していませんか？
苦手なものでもまずは1口
食べてみましょう。



1年間、白衣の洗濯にご協力いただき、ありがとうございます。3月23日（火）で今年度の給食は終了いたします。最後の給食当番だった児童が白衣を持って帰りますので、最終登校日までに学校に持って来てください。洗濯ができなかったり、白衣が乾かなかつたりした場合は、4月6日（火）の始業式の際に、必ずご持参ください。ご協力お願いいたします。

～3月の献立について～

3日（水）「ちらしずし」「ひなまつりポンチ」～ひなまつり給食～

3月3日はひなまつりで、女の子の健やかな成長を願う年中行事です。給食では、ひなまつりに欠かせない「ちらしずし」と、3色のひしもちを模倣した白・桃色・緑色の



3色手作り団子の入った「ひなまつりポンチ」を出します。桃色はいちごで、緑色は抹茶を使って色づけします。

4日（木）「くもパン」～おはなし給食「おばけのアッチとくものパンやさん」～

『おばけのアッチとくものパンやさん』に出てくる“くもパン”を手作ります。うずまき型のパンにやわらかいクッキー生地を塗ってオーブンで焼きます。「くも」がきつね色にならないように低温で焼くのがポイントです。

12月の臨時休校で出すことができなかったメニューです。

12日（金）「クファージュシー」「マーミナチャンブルー」「イナムドゥチ」「アガラサー」

～沖縄県の郷土料理～

「クファージュシー」は豚肉や野菜が入った沖縄の炊き込みごはん、「マーミナチャンブルー」はもやしいため、「イナムドゥチ」は沖縄の豚汁、「アガラサー」は黒糖を使った蒸しパンです。

18日（木）「えらんであげパン」～セレクト給食～

揚げパンは、「きなこ味」または「ココア味」のどちらか自分が食べたいものを選びます。

19日（金）「菜の花ごはん」「さわらの西京焼き」～春を食べよう給食～

給食で春を感じてもらうメニューです。

菜の花ごはんは、ごはんに炒り卵と菜の花、小松菜を混ぜ合わせて、「菜の花」が咲いているように見える「まぜごはん」です。



さわらは、魚へんに春と書きます。文字通り、春が旬の魚です。西京みそをベースにした調味料にじっくりつけ込んでからオーブンで焼きます。

22日（月）「えらんでのみもの」～セレクト給食～

牛乳・コーヒー牛乳・りんごジュース・日本茶の中から自分が飲みたいものを選びます。今回は、今年度初めて「コーヒー牛乳」をメニューに加えました。どの飲み物が1位になるのかな？

23日（火）「たいめし」「お祝いすまし汁」～卒業・進級お祝い給食～

「鯛めし」は、愛媛漁連より無償提供を受けた「愛媛県産の真鯛」を使って作ります。

鯛のうま味がしみた「鯛めし」はおめでたい日の給食にぴったりなメニューです。



「お祝いすまし汁」は、紅白のあらはんぺんとさくらの生麩が入ったすまし汁です。

給食費の引き落としについて

今年度の給食費の引き落としは終了いたしました。ご協力いただきまして、ありがとうございました。未納の分につきましては、保護者の方が直接学校までご持参ください。学校給食の円滑な運営のために、ご協力をお願いいたします。

なお、来年度も、引き落としは、【毎月4日】の1回のみとなる予定です。残高不足等により未納となった場合は、翌月にまとめて引き落とし、または、現金でご持参いただく形となります。

引き落とし日までにご入金の確認をお願いいたします。

