



# 3月 給食だより



令和8年3月2日  
江戸川区立一之江第二小学校  
校長 木村 紀朗  
栄養士



## 1年間の振り返りをしよう!



いよいよ3月、今の学年で過ごす日も残りわずかとなりました。皆さんは、日々の給食からどんなことを学んできたでしょうか？ 今月の給食目標は、『1年間の反省をしましょう』です。この1年間の振り返り、できたことをチェックしてみましょう。



<p><b>給食の前に</b> 手をきれいに 洗えましたか？</p>	<p><b>食事のあいさつは</b> 心を込めて 言えましたか？</p> <p>いただきます</p>	<p><b>おはしを正しく使う</b> ことができましたか？</p>
<p><b>よくかんで味わって</b> 食べられましたか？</p>	<p><b>バランスの良い食事の</b> とり方がわかりましたか？</p> <p>バランス</p>	<p><b>自分に必要な量を</b> 考えて食べることが できましたか？</p>
<p><b>地域でとれる食べ物を</b> 知ることができましたか？</p>	<p><b>行事食や郷土料理に</b> ついて知ることが できましたか？</p>	<p><b>楽しい給食時間を</b> 過ごせましたか？</p>

### 卒業生の皆さんへ

健康な心と体は、毎日の食事の積み重ねです。今食べている食事は、「未来の自分」をつくるための重要な土台となります。これから先、自分自身で選んで食べる機会が増えていきますが、迷ったときには、ぜひ給食の献立を思い出してみてください。皆さんの新生活が健康で充実したものとなるよう願っています。

### ご卒業おめでとうございます!



ねんせい 6年生    そつぎょう 卒業お祝い    いわ 言葉    きゅうしょく 給食



17日 (火) : 6-1

18日 (水) : 6-3

19日 (木) : 6-2

6年生の卒業をお祝いして、普段の給食とは違ったバイキング給食を行います。1クラスずつランチルームにて、左記の日程で実施予定です。献立内容は配布される3月の献立表をご覧ください。小学校の思い出の1つとして、楽しんでもらえるように、給食室でも準備していきます。



ねんせい 6年生    家庭科 + 外国語    コラボレーション    献立

6年生は家庭科の授業で、3色の栄養素やバランスのよい食事について学びます。その後外国語の授業で、英語でオリジナルスクールランチメニューを考えました。プレゼンテーションを行い、各クラスの代表者の献立を、実際に給食で提供していきます。2月26日に第1回目が終わり、6日から残り2クラスの考案献立を下記の日程で実施していきます。当日のお昼の放送では考案した児童が、英語で献立について放送します。

6日 (金) : 6年3組 考案献立

チキンライス、牛乳、ローストチキン、  
茎わかめ入りイタリアンサラダ、コーンクリームスープ



11日 (水) : 6年1組 考案献立

野菜たっぷりしょうゆラーメン、牛乳、小松菜揚げ餃子、杏仁豆腐



しんねん 新年度に向けて準備をする機会に



来月には新年度が迎えます。新年度が始まると、環境が変わり、緊張などから心と体に負担がかかりやすくなります。春休み中も早寝・早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて体調を整えておくことがとても大切です。気温も少しずつ温かくなり、外に出ることが気持ちの良い季節になっていきます。外で体を動かすことも、毎日元気に過ごす方法の1つです。1日の生活リズムを整えて、4月に気持ちよく学校生活をスタートできるように、準備をしていきましょう。



生活リズムを大切に!