

# 3月 給食だより

令和 8年 3月  
江戸川区立大杉第二小学校  
校長 栄養士

## 給食から、どんなことを学びましたか？

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、学んだのでしょうか？

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。



## 好きなメニュー ランキング

給食委員会で、「好きな給食アンケート」を、実施しました。結果を発表します！

- 1位・・・カレーライス（カツカレー）
- 2位・・・揚げパン（きなこ）
- 3位・・・フルーツポンチ

この3つのメニューは3月に出るので、お楽しみに！

## 6年生が考えた献立

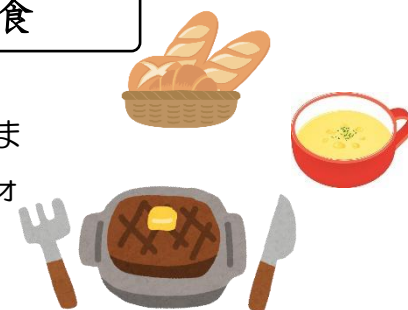
6年生が家庭科の授業で、給食の献立を班ごとに考えました。栄養のバランスがよく、彩りや給食にむいている献立を選んで、2月、3月の献立に採用しました。

### 選ばれた献立です

- |         |                                |
|---------|--------------------------------|
| 6年1組 7班 | （わかめごはん、からあげ、ごま和え、豆腐と油揚げのみそ汁）  |
| 6年2組 5班 | （ごはん、さばのみそ煮、小松菜とツナの和え物、豚汁）     |
| 6年3組 4班 | （ごはん、豆腐ハンバーグ、ツナの和え物、じゃがいものみそ汁） |

## 6年生卒業お祝いマナー給食

3月に、6年生の卒業お祝いマナー給食があります。パン、スープ、ハンバーグなどを、ナイフとフォークを使って、マナーを守って食べます。初めての試みです。楽しみにしててください！



## 給食試食会がありました

2月6日に、給食試食会がありました。献立のたてかた、給食納入業者について、大杉第二小の給食の紹介などの説明をしてから、試食をしていただきました。

2月6日のメニュー：  
煮豚チャーハン、レバーと大豆の  
かわり香味ダレ、春雨サラダ、  
中華たまごスープ、牛乳

大好評！《レバーと大豆のかわり香味ダレ》

・豚レバー 100g

- ① 生姜、にんにく、しょうゆ、酒で下味をつけ、片栗粉をまぶして油で揚げる。
- ② 大豆はゆでて、片栗粉をまぶし揚げる。
- ③ 生姜少々を油で炒め、水、酒大さじ1、赤みそ小さじ1と1/2、さとう大さじ1、オイスターソース大さじ1/2、酢小さじ1、ケチャップ大さじ1/2、しょうゆ小さじ1を加え、タレを作る。
- ④ レバーと大豆をタレで和える。

## 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。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、ぜひ給食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！

