

令和7年2月28日

江戸川区立第五葛西小学校

校長 田中 雅生

栄養士

給食だより 3月号

1年間ありがとうございました!

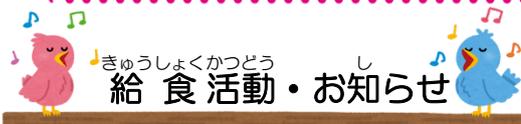
まだ寒さの残る日はあるものの、吹く風に春の到来を感じる季節となりました。この1年で、どの子ども心身ともに大きく成長し、一段とたくましくなった様子がうかがえます。日々の給食や食育を通して、そのサポートができていたらうれしいです。今月は、卒業や進級を控えた皆さんへ、応援やお祝いの気持ちを込めた給食を提供しますので、楽しみにしてください。



卒業生の皆さんへ

ご卒業おめでとうございます!

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。



◆3月3日(月) ひなまつり給食

3月3日は「ひな祭り」。女の子の健やかな成長を願ってお祝いする日本の伝統行事です。給食では、ちらし寿司とお雛様が描かれたかまぼこ入りのすまし汁を提供します。

◆12日(水)、14日(金) 6年生家庭科「まかせてね、今日の食事」(1食分献立)

2月に引き続き、3月も6年生が2学期に家庭科の授業で学習した「まかせてね、今日の食事」で考えた料理や献立が実際に登場します。12日に6年2組さん、14日に6年3組さんが考えた献立が実際に登場します。

◆19日(水) セレクト給食

今年度最後のセレクト給食を実施します。今回セレクトするのは…

★主食：ツナマヨトースト または カレーミートトースト

★果物：バナナ または オレンジ です。その他の献立は共通になります。

しよくせい かつ
あなたの食生活はどうですか？

〇の数が...
振り返りチェックシート

ひ しよくせい かつ ふ かつ おも つ
日ごろの食生活を振り返り、よくできたと思うものに〇を付けましょう。

あさ 朝ごはんを毎日 まいにち
か 欠かさず た 食べている

しよくじ 食事の前に まへ 手を
あら きれいに洗っている

ただ 正しい姿勢で、よく せい
た かねで食べている

にがて 苦手な食べ物にも た
ちようせん 挑戦している

おやつ は時間と量を じかん
りよう 決めて食べるように き
た している

おはし を上手に じようす
つか 使うことができる

た 食べた は たら みが 歯を磨いて いる

おうち で しよくじ 食事の て
つだ お手伝いをしている

かぞく や なかま 仲間と しよくじ 食事を た
た 楽しんでいる

〇の数が...

7~9個

4~6個

1~3個

ボン!
0個

