

# 3月給食だより

江戸川区立下鎌田東小学校

令和8年2月27日(金)

校長 山本 浩一

栄養士

朝晩の冷え込みがだんだんとやわらぎ、日差しの温かさに春の訪れを感じます。今年度もあと少しですね。1年間の締めくくりの時期です。規則正しい生活を心がけて、最後まで元気に過ごしましょう。

## 6年生リクエスト給食



6年生に「もう一度食べたい給食」のアンケートをとりました！リクエスト給食は3月に出来ます。献立表に★マークがついた献立です。

- 第1位 揚げパン(きなこ・ココア) 33票
- 第2位 みそラーメン 25票
- 第3位 カレーライス 16票
- 第4位 A.B.C スープ 14票
- 第5位 フルーツ寒天ポンチ 12票

その他、じゃがまるくん、小松菜ビスキュパン、キムチチャーハンなどもありました。

## ～6年生からの給食室へのメッセージを紹介します！～

- ・いつも朝早くから私たちのために給食をつくってくれてありがとうございます。
- ・苦手なものも味付けが美味しくて食べることができました。
- ・美味しいだけでなく、毎日献立が違うため、「今日は何が出るのかな」と献立表を見るたびワクワクしました。
- ・卒業しても味を忘れないし、他学年にもこれからも美味しい給食を食べさせてください。

## 1年をふりかえろう！ 給食チェックめいろ



- めいろのルール
- ①すべての質問に答えられるよう、道を探して進む。
  - ②同じ道を通らないこと。
  - ③ゴールしたら、答えの合計得点を計算すること。



**スタート**

**Q. 給食の前にしっかり手を洗えましたか？**  
よくできた…5点  
まあまあできた…3点  
できなかった…0点

**Q. 食事のあいざつができましたか？**  
よくできた…5点  
まあまあできた…3点  
できなかった…0点

**Q. 好ききらいなく食べられましたか？**  
食べられた…5点  
まあまあ食べられた…3点  
食べられなかった…0点

**Q. 給食当番を協力してできましたか？**  
よくできた…5点  
まあまあできた…3点  
できなかった…0点

**Q. よくかんで食べることができましたか？**  
よくできた…5点  
まあまあできた…3点  
できなかった…0点

**Q. おはしを使って上手に食べることができましたか？**  
よくできた…5点  
まあまあできた…3点  
できなかった…0点

**Q. いろいろな食べ物を知ることができましたか？**  
よくできた…5点  
まあまあできた…3点  
できなかった…0点

**Q. 給食時間を楽しめましたか？**  
とても楽しめた…5点  
まあまあ楽しめた…3点  
あまり楽しめなかった…0点

**ゴール**

計算式

合計 =  点

- 🌟 35点～40点…よくがんばりました！  
すばらしいです！1年間、給食の時間をとても大切にすごせましたね。これからも、おいしく楽しく、みんなのお手本になれるあなたに期待しています。
- 😊 25点～34点…よくできました！  
がんばりましたね。給食の時間に大切なことをたくさんできるようになりました。次は、もう少しがんばれるところを探して、挑戦してみてください。

- 😬 15点～24点…もう少しがんばろう！  
給食の時間、楽しくすごせていますか？次は、「これだけががんばろう！」ということを一つ決めて、取り組んでみましょう。
- 😞 0点～14点…もっとがんばろう！  
できなかったこと、楽しめなかったことなど、先生やお友達に相談しながら、一つずつできるようにしていきますよ。きっと、もっと楽しい給食の時間にできますよ！

きゅうしょくいんかい はっぴょうしゅうかい  
**給食委員会の発表集会がありました！**



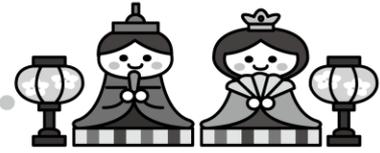
2月26日(木)の集会で、給食委員会の発表がありました。下鎌田東小学校の給食について知ってもらおうと「栄養」、「献立の立て方」、「給食室の裏側」、「給食の豆知識」の4つをテーマにクイズを交えた内容を給食委員会の児童が作成し、発表しました。写真と動画を入れ、工夫したパワーポイントを作成し、堂々と発表することができました。



**ひな祭りのおはなし**

毎年3月3日は、女の子の健やかな成長と幸せを願い、お祝いをする「ひな祭り」です。ひな人形や桃の花を飾り、さまざまな願いを込めた料理やお菓子をいただきます。季節の節目となる五節句の一つ「上巳の節句」でもあり、季節の花にちなんで「花の節句」とも呼ばれます。

**ひな祭りの食べ物**



**ひしもち**

みどり しろ もも 緑・白・桃(ピンク)の3色をかさねた、菱形のもち。雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲く春の様子を表現しているときれいですが、色や形、重ね方など、地域によって違いがあります。

**ひなあられ**

もとはひしもちを砕いて作られていました。関東と関西で大きく異なり、関東地方では米粒形の甘いポン菓子、関西地方では直径1cmほどの丸形のあられが親しまれています。

**白酒**

桃の花びらを酒に浸した「桃花酒」を飲む風習がありましたが、江戸時代に「白酒」が売り出されると、たちまち人気を集めて定着しました。白酒はアルコールを含み、子ども向けには、米麴から作る甘酒などが用いられます。

**ちらしずし**

酢飯の上に、縁起の良い食べ物、旬の食べ物を彩りよく散らしたおすし。ひな祭りの食べ物として定着したのは最近のことで、もとは、塩漬けにした魚と米を発酵させた「なれずし」が食べられていたとされています。

**はまぐりのうしお汁**

はまぐりは、対になった貝殻でないことから、夫婦円満の象徴とされています。良い縁に恵まれて、幸せになれるようにという願いが込められています。

**保護者の皆様へ**

今年度も白衣の洗濯やランチョンマットの準備をありがとうございました。

3月の給食は3月23日(月)が最終日です。白衣の洗濯をして、3月25日(水)までに持たせてください。

また、新学期の給食開始日は4月7日(火)です。新1年生は4月8日(水)です。

ランチョンマット・ハンカチ・マスク(給食当番)の用意をお願いします。

