



令和8年3月

江戸川区立一之江小学校

きゅうしょくだより

寒い日が続きますが、日に日に春らしさを感じる陽気になってきました。早いもので、今の学年で過ごすのも残りわずかです。この1年間の給食時間をふり返ってみると、準備や後片付けが上手になったり、苦手なものが食べられるようになったりして、みんな一人ひとりが成長したと感じます。日ごろの食生活についてふり返ってみましょう。

3月の
給食目標

給食

一年間の反省をしよう

栄養

健康や成長を考えて食事をしよう



1年間の振り返りをしよう!



この1年間を振り返り、できたことをチェックしてみましょう。



給食の前に
手をきれいに
洗えましたか?

食事のあいさつは
心を込めて
言えましたか?

いただきます

おはしを正しく使う
ことができましたか?

よくかんで味わって
食べられましたか?

バランスの良い
食事のとり方が
わかりましたか?

バランス

自分に必要な量を
考えて食べること
ができましたか?

地域でとれる食べ物を
知ることができましたか?

行事食や郷土料理
について知ることが
できましたか?

楽しい給食時間を
過ごせましたか?

給食室からみなさんへ

今年度も子供たちから「ごちそうさま」「おいしかったです」という声や、空っぽになって戻ってくる食缶を見て、給食室一同とても嬉しかったです。給食室では、みなさんの成長を考えて、栄養バランスのよい、おいしい給食作りに励みました。給食で学んだことを活かし、“食べたもので身体が作られていく”ことを意識して、これからもより良い食生活を送ってください。



ひな祭りの食べ物



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。

ひしもち



緑・白・桃(ピンク)の3色を重ねた、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されますが、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。

3月3日の給食でひしもちをイメージした三色白玉を作ります。ピンクの白玉はいちご、緑の白玉は抹茶を入れました。



給食試食会が開催されました

PTA本部役員のみなさまにご協力いただき、1月29日に給食試食会を開催しました。本校の給食についてスライドで説明をした後、児童と同じように配膳を行い、班形式での試食を楽しんでいただきました。

試食会の献立：みそラーメン、レバーとポテトの中華揚げ、海藻サラダ、不知火、牛乳

