

3月 給食だより

令和6年3月1日
江戸川区立鹿骨中学校
校長 大谷 雅也
栄養士 井上 めぐみ

3月を迎え、今年度も残りわずかとなりました。学校生活の1年間のまとめの時期です。この1年間の食生活を振り返り、新年度にはさらに良い食生活が送れるようにしましょう。

給食から、どんなことを学びましたか？



3月の給食目標

1年間の食生活を振り返りましょう

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、学んだでしょうか？今年度の給食もあと少しで終わりです。残りの日々も給食をしっかり食べて、元気に学校生活を送ってほしいと思います。



日ごろの食生活を振り返ろう！



食事の前に、手をきれいに洗っていますか？



朝ごはんを毎日欠かさず食べていますか？



よくかんで、味わって食べていますか？



おやつは決まった時間に、量を決めて食べていますか？



ひな祭り の行事食



ひな祭りは、もとは中国から伝わった五節句の一つである「上巳の節句」が起源で、季節の花から「桃の節句」ともいわれます。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食べて厄を払います。本校では3月4日に「刻みあなごのちらし寿司」と、いちご(赤)・牛乳寒天(白)・抹茶寒天(緑)でひし餅をイメージした「ひな祭りポンチ」を提供します。



ちらしずし



ハマグリ潮汁



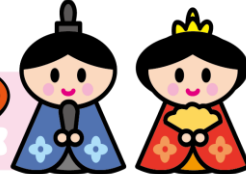
ひしもち



白酒



ひなあられ



卒業生の皆さんへ

ご卒業おめでとうございます。「食べる」というのは、動物や植物などの他の命をいただくことです。この命をつないで私たちは「生きる」ことができます。また、多くの人の支えがあって「食べる」ことができます。これからも感謝の心を忘れずに毎日の食生活を大切にしてください。

