

給食だより

津市立南が丘小学校
きゅうしょくだより 3月号

少しずつ暖かくなり始め、今年度も残りわずかとなりました。
3月は1年の締めくくりの月です。今年度の給食は、楽しく、
おいしく、マナーを守って食べることができましたか。
この1年間に学んだことをたいせつにしましょう。



1年間の食生活を振り返ってみよう



スタート
「はい」か
「いいえ」
でこたえま
しょう

①朝食を毎日
食べることが
できた



②食事の前に
石けんで手洗いが
できた



③食事をよくかんで
食べることが
できた

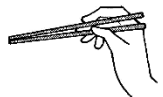


④食品の3つや
6つのグループの
働きを知ることが
できた

⑥苦手な食べ物を
食べることが
できた



⑦はしを正しく
持つことが
できた



⑧季節や行事の
料理を知ることが
できた



⑨間食は時間や量を
決めて食べるこ
とができる



⑩まわりの人と
楽しく食事
をすること
ができた



ゴール

いくつできるよう
になりましたか?

食生活をふり返ってみてどうでしたか? できることを増やしていきましょう。

6年生 リクエスト給食

今年度も2月と3月に実施しています。

6年生に卒業までにもう1回食いたい給食を聞きました。恒例のリクエスト給食ですが、さすがに津ギョウザは毎年リクエストがあり、不動の人気です。また、チーズ春巻きときなこ揚げパンも3年連続です。今年登場したのは、わかめごはんです。わかめの香りと塩味がおいしいごはんです。

実施日	リクエストメニュー
2月28日	チーズ春巻き
3月 8日	きなこ揚げパン
3月13日	わかめごはん
3月14日	津ギョウザ

3月3日 ひなまつり

ひな祭りの行事食には、ひしもちや草もち、はまぐりのおすいものなどがあります。3月1日の給食の三色団子にもよもぎが使われています。よもぎの風味を味わってください。



ひしもち



ちらしずし

はまぐりのおすいもの



3月18日 卒業式 赤飯 (給食では小豆ごはん)

赤飯は、祝い事や人生の節目などに食べる特別な料理です。

祝い事で食べるようになった理由には、いろいろな説があります。

一つには、古代の米が赤米だったため、伝統を重んじて赤く染めたごはんを食べるという説です。ほかに、日本で赤は、災いをはらう力があると信じられていたという説や小豆に薬効があるからという説などがあります

給食では、6年生の卒業をお祝いして、前日の3月18日(月)に小豆を煮た汁で赤い色をつける小豆ごはんを出します。



せきはん
赤飯

給食室からみなさんへ



この1年間、楽しみながら残さず給食を食べることはできましたか?

給食では、みなさんの成長を考えて栄養バランスのよい献立を考えています。また、旬のものや地域の食材も取り入れています。

給食で学んだことをこれからの食生活にいかしていきましょう。