

3月給食だより

いたばしきょく
板橋区食育キャラクター



令和8年2月27日
板橋区立緑小学校

今年度も残り1か月となりました。みなさんにとってどんな1年だったでしょうか。給食では、季節の行事に関連する献立や、世界の料理献立、郷土料理献立などたくさんの献立が出ました。みなさんの心に残った給食はありましたか。3月は卒業や進級に向けて1年間のまとめをする時期です。1年を振り返り、自分の食生活を見直してみましよう。



ひな祭りは女の子の健やかな成長と幸せを願う行事です。「桃の節句」とも呼ばれ、桃の花やひな人形をかざります。給食では、ひなまつりによく食べられているちらしずしでお祝いします。

こんげつ こんだてしょうかい 今月の献立紹介

10日 とれたて村給食～ごぼう～

とれたて村給食は、板橋区と交流のある地域からとれたて村を通して旬の野菜を届けてもらう板橋区の食育推進事業です。今年度最後のとれたて村給食は、鹿児島県さつま町産ごぼうを使用した「さつま町産ごぼうのピラフ」です。

9日 郷土料理 長崎県

「ちゃんぽん」は、長崎県から全国に知られるようになっためん料理です。「浦上そばろ」は、ふつうのそばろのようなひき肉料理ではなく、細切りのぶた肉を使ったきんぴらに似た料理です。

12日 世界の料理 アメリカ

「チリコンカン」は、アメリカのテキサス州で生まれた、ひき肉や豆を使った煮込み料理です。チリ(唐辛子)を使ったスパイシーな料理ですが、給食では辛さはひかえめにして作ります。

ねんかん きゅうしよく じぶん しょくせいかつ みなお 1年間の給食や自分の食生活を見直そう

給食時間や日ごろの食生活を振り返って、できている項目をチェックしてみましょう。できなかった項目については、これから意識して取り組めるといいですね。



ねんかん ぶん かえ
1年を振り返って
みるっちい!

<p>給食の前に 手をきれいに 洗えましたか?</p>	<p>食事のあいさつは 心を込めて 言えましたか?</p>	<p>おはしを正しく使う ことができましたか?</p>
<p>よくかんで味わって 食べられましたか?</p>	<p>バランスの良い 食事のとり方が わかりましたか?</p>	<p>自分に必要な量を 考えて食べること ができましたか?</p>
<p>地域でとれる食べ物を 知ることができましたか?</p>	<p>行事食や郷土料理 について知ること ができましたか?</p>	<p>楽しい給食時間を 過ごせましたか?</p>

ねんせい 6年生のみなさん

そつ ぎょう ご卒業おめでとございます

中学生になると、心身ともにさらに大きく成長する時期をむかえます。健やかな体をつくるためには、食事、運動、休養といった生活リズムを整えることが大切です。これからも給食で学んだことを思い出しながら、充実した学校生活を送ってください。

