



# 3月給食だより



いたばしくしよくいく  
板橋区食育キャラクター



令和8年2月27日  
板橋区立紅梅小学校  
校長 小宮 孝之  
栄養士 加藤 望美

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。  
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。  
新年度を元気に迎えられるよう、1年を振り返り、食生活を見直してみましよう。

## 1年間の給食や自分の食生活を見直そう！

### 給食時間



- 食事の前に、きれいに手を洗った。
- 身支度を整えて給食当番の仕事をする事ができた。
- 「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをすることができた。
- 苦手な食べ物に挑戦することができた。



1年間を振り返って「できた」ことに印をつけてみるっちい！

### 自分の食生活



- 毎日朝ごはんを食べることができた。
- よくかんで、味わうことができた。
- おやつは時間と量を決めて食べる事ができた。
- 食事のバランスを考えて食べる事ができた。

### 3月3日 ひな祭り



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飾ってお祝いします。  
給食ではひな祭りにちなんで「ちらし寿司」を作ります。



### 6年生のみなさん

### ご卒業おめでとうございます!!

6年間の給食はどうでしたか。健康な心と体は、毎日の食事の積み重ねです。  
今食べている食事は、未来の自分をつくるための重要な土台になります。これから先、自分自身で選んで食べる機会が増えていきますが、迷ったときには、ぜひ給食のことを思い出してください。

みなさんの新生活が健康で充実したものになるよう願っています。