



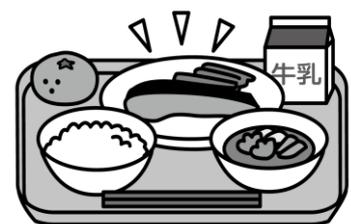
3月給食だより

令和8年3月
新宿区立柏木小学校
校長 竹村 郷
栄養士 松永有花

3月の給食目標：【1年のまとめ】マナーよく食事をしよう

最近、給食時間に教室を回っていると、「先生、見て！はしでお豆つまめるようになったよ！」と嬉しそうに報告してくれる児童や、おわんをもって姿勢よく食べている児童の姿をたくさん見られるようになりました。4月に比べて、はしを正しく持って、上手に使用している児童が増えたように思います。ご家庭でも以下のチェックシートで1年間の振り返りをしてみてください。



<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>いただきます</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>バランス</p> 	<p>自分に必要な量を 考えて食べるこ うできましたか？</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> 

はる ぎょうじ ぎょうじ しょく **春の行事と行事食**



が つ み つ か
3月3日
◆ ひなまつり ◆

はまぐりの潮汁 ひしもち

が つ は つ か
3月20日ごろ
しゅんぶん ひ はる ひがん
◆ 春分の日 (春のお彼岸) ◆

ぼたもち

さくらかい か
桜開花のころ
はな み
◆ お花見 ◆

花見団子 行楽弁当

こんげつ きゅうしょくしょうかい



今月の給食紹介



か げつ こんだて
3日(月) ひなまつり献立
やいて丁寧にはぐした鮭をまぜ込んだちらし寿司と、華やかにはてまり麩が入ったすまし汁、桃の缶詰をまぜ込んで焼いた桃ケーキを作ります。

か もく せんきょこんだて
5日(木) 選挙献立
さくねん がつ ねんせい おこな そつぎょうまえ
昨年12月に6年生が行った「卒業前に食べたい給食総選挙」で見事当選した「こんぺい党」。党首の掲げた「コンペ→ト→ゼリ→」をきれいにかわいく実現します。

にち げつ そつぎょう しんきゅう いわ こんだて
23日(月) 卒業・進級お祝い献立
こんねんどさいご きゅうしょく いわ きも
今年度最後の給食は、お祝いの気持ちを込めて、おめでたい日に食べるお赤飯、みんな大好きな鶏のから揚げ、「祝」のなるとが入ったすまし汁を作ります。

ねんせいこんだて
6年生献立
かていか じゅぎょう ねんせい かんが こんだて
家庭科の授業で6年生が考えた献立が登場します。日数の関係で全員採用することができず残念です。今回採用されなかった児童の献立もとてもよくできていて、選ぶのがとても難しかったです。この経験を今後の人生に生かしてもらいたいと思います。

レシピを教えてください！とよく言われた人気メニュー
☆きなこ豆☆

たんぱく質やイソフラボンたっぷり！



＜材料 約4人分＞

- いり大豆 50g
- 砂糖 おお 大さじ4
- 水 小さじ1
- きなこ おお 大さじ1と1/2

＜作り方＞

- ① 水と砂糖を小鍋に入れ、火にかけてかき、砂糖衣を作る。
- ② いり大豆を加えざっと混ぜる。
- ③ きなこを加えてパラパラになるように混ぜ、広げて冷ましたらできあがり☆