

2024

3月の給食だよ

小松市教育委員会
(小松市学校給食会)

今年度の給食も残りわずかとなりました。3月は1年間の給食について振り返る月です。今年度の食生活を振り返り、新年度に向けて準備を行いましょう。

1年間の食生活をふりかえろう

1年間の自分の食生活を振り返り、できているものに○をつけてチェックしてみよう。

①食事の前にしっかり手洗いを行い、きれいなハンカ

②「いただきます」や「ごちそう

③朝ごはんを毎日しっかり食べている。

④はしを正しく持って食べる

⑤姿勢よく食べている。

⑥よくかんで食べている。

⑦苦手な食べものもがんばって食べている。

⑧みんなで協力して、準備や後片付けをしている。

⑨おやつは量や時間を決めて食べている。

できなかったところは、来年度は○がつくようにがんばりましょう！

桃の節句

3月3日は、「桃の節句」とも「上巳の節句」とも呼ばれ、女の子の健やかな成長と幸せを願う日です。

ひな人形を飾る風習は、室町時代頃に始まり、一般に広まったのは明治時代以降といわれていて、それまでは厄をはらうための紙の人形だったといわれています。

桃の節句につくられる行事食には、はまぐりのお吸い物や、ひしもち、ちらしずしなどがあります。

給食で味わう小松の旬の味
ふるさとこまつ☆おいしいじまん☆

大麦みそ

小松市の六条大麦は、北陸トップクラスの生産量です。その六条大麦で作った大麦みそは、香ばしい大麦のやさしい香りと甘みが特徴です。給食では、みそ汁などに使用しています。



給食室から皆さんへ

給食は成長期にあるみなさんにとって必要な栄養がとれるように作られています。来年度も残さず食べて、体も心も健やかに成長してくれることを願っています。

卒業生のみなさんも、給食を通して学んだ食に関する知識や食習慣を大切に、健康に過ごしてくださいね。



3月分給食献立もりつけ表

3ブロック 月	火	水	木	金
小学校				小松市教育委員会 (小松市学校給食会)
こんげつのもくひょう ねんかん 1年間のふりかえりをしよう				1日 れんこんきんぴら ひなまつりこんだて ひなあられ おさかなだんこのすましじる ちらしずし
4日 こまつなペンネソテー ミルクロール オムレツ チキンのトマトクリームシチュー	5日 かいそうサラダ ちゅうがくせいじゅけん おうえんこんだて カツカレー	6日 キャベツいため にしんてりに ごはん とんじる	7日 ナムル やきギョーザ ごはん マーボー豆腐	8日 はくさいのゆかりあえ ししゃものしょうがてんぷら ごはん えどっくに
11日 ほうれんそうのごまあえ さばのしょうがに ごはん かきたまみそじる	12日 チリコンカン きよみオレンジ セルフサンド こめこミルクパン クラムチャウダー	13日 もやしとにらのいためもの ヨーグルト にくだんこのあますあん ごはん ワンタンスープ	14日 こうはいためなます そつぎょうデザート わかどりのたつたあげ せきはん ごましお すましじる	15日 そつぎょうしき
18日 キャベツのこぶあえ あじフライ ごはん にくじゃが	19日 とりにくのマーメレードからめ ごはん たまごとはるさめのスープ	20日 しゅんぶんのひ	21日 とりにくごぼうのいために さつまあげのさんみゃき ごはん みそにこみうどん	22日 しゅういようしき