

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。

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ましょう。

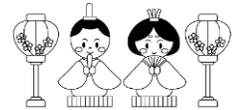
①食事の前にしっかり手洗いをし、きれいなハンカチをい。	②「いただきます」や「ごちそう」	③朝ごはんを毎日しっかり食べている。
④はしを正しく持って食べる	⑤姿勢よく食べている。	⑥よくかんで食べている。
⑦苦手な食べものもがんばって食べている。	⑧みんなで協力して、準備や後片付けをしている。	⑨おやつは量や時間を決めて食べている。



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！



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

1ブロック

中学校

小松市教育委員会
(小松市学校給食会)

月	火	水	木	金
<p>今月の目標</p> <p>1年間の食生活を振り返ろう 免疫力を高める食生活をしよう</p> <p>※注) 3/6(水), 3/7(木)は公立入試ですので、3年生は給食無しです。</p>				
<p>4日</p> <p>キャベツ炒め</p> <p>にしん照り煮</p> <p>ごはん</p> <p>豚汁</p>	<p>5日</p> <p>いよかんゼリー</p> <p>海藻サラダ</p> <p>カツカレー</p> <p>中学生受験応援献立</p>	<p>6日</p> <p>小松菜のペンネソテー</p> <p>オムレツ</p> <p>ミルクロール</p> <p>チキンのトマトクリームシチュー</p>	<p>7日</p> <p>ナムル</p> <p>焼きギョーザ 2個</p> <p>ごはん</p> <p>麻婆豆腐</p>	<p>1日</p> <p>れんこんきんぴら</p> <p>ひな祭り献立</p> <p>ひなあられ</p> <p>ちらし寿司</p> <p>お魚団子のすまし汁</p>
<p>9日</p> <p>卒業式</p> <p>11日</p> <p>振替</p>	<p>12日</p> <p>ほうれん草のごま和え</p> <p>さばの生姜煮</p> <p>ごはん</p> <p>かきたま味噌汁</p>	<p>13日</p> <p>白菜のゆかり和え</p> <p>ししゃものしょうが天ぷら 2こ</p> <p>ごはん</p> <p>江戸っ子煮</p>	<p>14日</p> <p>ごほうサラダ</p> <p>コーンフライ</p> <p>バターロール</p> <p>野菜スープ</p>	<p>8日</p> <p>紅白炒めなます</p> <p>卒業祝い献立</p> <p>卒業デザート</p> <p>赤飯</p> <p>若鶏のたつた揚げ 2個</p> <p>ごましお</p> <p>すまし汁</p>
<p>18日</p> <p>鶏肉のマーマレードからめ</p> <p>チーズ</p> <p>ミルクロール</p> <p>卵と春雨のスープ</p>	<p>19日</p> <p>キャベツのごぶ和え</p> <p>あじフライ</p> <p>ごはん</p> <p>肉じゃが</p>	<p>20日</p> <p>春分の日</p>	<p>21日</p> <p>豚肉の生姜焼き</p> <p>ごはん</p> <p>けんちん汁</p>	<p>15日</p> <p>もやしとにらの炒めもの</p> <p>ヨーグルト</p> <p>肉団子の甘酢あん 4個</p> <p>ごはん</p> <p>ワンタンスープ</p>
<p>22日</p> <p>終了式</p> <p>給食無し</p>				