

3月

給食だより



こんだて よていひょう
献立予定表 (都合により献立が変わることがあります。)

八郎潟町学校給食調理場

月	火	水	木	金
		1	2 受験応援	3 ひなまつり献立
		ごはん ショア (プレーン) 豚肉のしょうが焼き チリコンカン 野菜スープ	むぎ 麦ごはん 牛乳 カツカレー キャベツのマリネ	ちらしずし 牛乳 花型豆腐ハンバーグ 肉じゃが 花ふのすまし汁 ひなあられ
6	7	8	9 中学校なし	10
こめこ 米粉パン 牛乳 とりにく 鶏肉のマスタード焼き ブロッコリーサラダ クリームシチュー りんごジャム	ごはん 牛乳 あじの煮つけ 切り干し大根ソース炒め チンゲン菜のスープ	みそラーメン 牛乳 (中華めん) ポークしゅうまい (2こ) バンバンジーサラダ お祝いケーキ (中学校のみ)	わかめごはん 牛乳 肉だんご (小2こ・中3こ) にんじんサラダ かぶのごまみそ汁	ごはん 牛乳 ポテトコロッケのり塩 おかか和え 豚汁
13	14	15	16 小学校なし	17
むぎ 麦ごはん 牛乳 ビビンバ (肉・ナムル) 海の野菜スープ プリン	ごはん 牛乳 さわらの竜田揚げ 豆苗ともやしのしゃきしゃき炒め チキンブロス	ごはん 牛乳 鶏肉の米粉から揚げ (2こ) 枝豆とコーンのカラフル炒め 五目汁 お祝いケーキ (小学校のみ)	ガーリックライス 牛乳 まつかぜ 松風焼き おひたし たまご 玉子スープ	ごはん 牛乳 ハンバーグ和風ソース アスパラガスのソテー オニオンスープ 白桃ジュレ

※7日と10日～…中学校3年生なし、17日…小学校6年生なしです。

3月3日は桃の節句「ひなまつり」

3月3日は、「桃の節句」「上巳の節句」とも呼ばれ、女の子の健康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、一般に始まったのは明治時代以降と言われています。それまでひな人形は、厄をはらうための紙の人形でした。桃の節句に作られる行事食には、はまぐりのお吸い物やひし餅、ちらしずしなどがあります。

ひし餅…中国でひな祭りに食べられていた餅が、日本に伝わりました。緑・白・赤の三色は、春の「新芽・雪・桜」を表しているそうです。また、ひし形は「成長」を象徴します。

ひなあられ…春の行事食として、ごちそうと一緒に食べられていました。ひし餅を砕いて作った、という説もあります。

うしお汁…はまぐりの入ったすまし汁のこと。貝類は3月が旬です。また、はまぐりには夫婦円満の意味も込められています。

ちらしずし…えび (長生き)、れんこん (見通し)、豆 (に働く) などの具が入り、縁起がいいとされています。

甘酒…もともとは桃の花を酒にひたした「桃花酒」という飲み物が飲まれていましたが、江戸時代頃から、米を使用した甘酒が飲まれるようになりました。



3月の給食…一年の食生活を振り返りましょう(裏面を見て振り返ってみましょう)。

3月食育たより

1年間の食事を振り返りましょう

当てはまるところに
しし
印をつけましょう。

○…毎日できた
△…だいたいできた
(できない日があった)
×…できなかった

①準備を協力してスムーズ
にすることができた。



②感謝の気持ちを込めて、
「いただきます」「ごち
そうさま」ができた。



③食器やはしを正しく持つ
ことができた。



④よい姿勢で食べることが
できた。



⑤周りの人のことを考え、
静かに食事を楽しむこと
ができた。



⑥好ききらいをせずに残さ
ず食べることができた。



⑦きれいに後片づけをする
ことができた。



⑧感染予防のため、手洗い
を適切にすることができ
た。



点数を計算して
みよう!

○ (2点) … 個

□ 点

△ (1点) … 個

□ 点

× (0点) … 個

□ 点

合計 □ 点

1 4点以上



素晴らしいです。さまざまなことに気をつけて、
食生活を送ることができていますね。この調子
で頑張りましょう。

6~1 3点



あともう少しです。よりよく食べることは、より
よく生きることにつながります。2~3ヶ月続け
ると、意識しなくてもできるようになるそうです。
ぜひチャレンジしてみてください。

5点以下



自分だけでなく、周りの人にも、よくない影響を
与えているかもしてません。食事のマナーを守る
ことは、クラスのよい雰囲気づくりにもつながり
ます。できるところから、始めてみましょう。

感謝のお手紙(小学校・中学校)

2月6日、食材を提供して下さる高岡フラワー&ベジタブル
の皆さん、安心安全パトロールの皆さん、給食を作っている職員
の皆さんへ、全校児童生徒からの感謝のお手紙を手渡しました。

中学校 残量0キャンペーン

1/23(月)~27(金)、2/13(月)~17(金)
に行われた残量0キャンペーンの結果は次のとおりです。

【結果】1位…3A (3.02kg) 2位…2A (3.06kg)
3位…1A (8.51kg)



八郎瀬中学校 給食委員会													順位
残食0 + 完食100%													
「食べ残しはいけません！」													
冬のキャンペーン													
R5年 1/23(月)~27(金)、2/13(金)~17(金)													
クラス	1A	2A	3A	1B	2B	3B	1C	2C	3C	1D	2D	3D	
1A	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	3位
2A	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	2位
3A	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	0.5kg	1位

感謝の心を込めて、完食を目指そう！八郎瀬中学校SDGs