

Main menu table with columns for Date, Day, Dish Name, and Nutritional Information (Energy, Protein, Fat, Carbohydrates).

◎こんだてひょうをみて、ひにちに○マークのあるひは、わすれないでせいけつな「はし」をもってきてください。

◎きじゅんちは、もんぶかがくしょうからでている「がっこうきゅうしょくせつしゅきじゅん」をもとにしています。

◎こんげつのへいきんちは、3、4ねんせいをきじゅんにしたものです。

Summary table for energy and nutrient intake per student per day.

大切なお知らせとお願い

- 献立内容は、都合により変更する場合があります。
献立表のおもな材料表は、食物アレルギーのための表記ではありません。
食物アレルギーのある方は必ず「食材料一覧表」でご確認ください。



●3日(火) ひなまつり献立

3月3日はひなまつりです。「桃の節句」や「上巳の節句」とも言います。

この頃は季節の変わり目で邪気が入りやすいとされていたため、紙で作った人形に心身のけがれを移して川や海に流し、厄を払う習慣がありました。



ひなまつりには、「はまぐりのお吸い物」、「ちらし寿司」、「ひなあられ」、「ひしもち」などを食べます。給食では、「ひなあられ」をだします。もともとは「ひしもち」を砕いて作っていました。

色は、桃色、白、緑が基本です。関西のあらは丸くてしょっぱく、関東のものはお米の形で甘いのが特徴です。



●16日(月) お祝い献立

6年生の卒業や他の学年の進級をお祝いして赤飯をだします。

昔から、赤飯の赤い色は、邪気(人に害を与えようとするところ)を払うという言い伝えがあり、お祝い事の時には、赤飯がよく登場しました。赤飯に使うもち米を

蒸して食べる習慣は、古い日本の文化であり、赤飯は特別な料理のひとつです。

他にも「祝」の文字が入った食材を使っています。

見つけてみてね!



卒業生の皆さんへ

あっという間に1年が経ちましたね。6年生の皆さん、ご卒業おめでとうございます。給食が楽しかった日、給食を食べた力が湧いてきた日があったら、とてもうれしく思います。

給食センター職員一同は、これからの皆さんの健康とご活躍をお祈りしています。



ご卒業おめでとうございます



# 給食だより



浦安市千鳥学校給食センター  
令和7年度春号



## 1年間の振り返りをしよう!



いよいよ3月、今の学年で過ごす日も残りわずかとなりました。皆さんは、日々の給食からどんなことを学んできたでしょうか？ この1年間の振り返り、できたことをチェックしてみましょう。



<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 ことができましたか？</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>

## ご卒業おめでとうございます

友達や先生方と過ごした給食時間は、学校生活のかけがえのない思い出の一つとなっていることでしょう。給食が届くまでにはたくさんの人が関わっていて、皆さんを大切に思う気持ちが詰まっています。これから先、困難にぶつかることがあったら、ぜひ給食のことを思い出してください。皆さんが元気で活躍できるようにと、いつまでも応援しています。

