

ランチタイムス

発行日 令和8年3月
府中市立学校給食センター
第186号

あたたかな日差しに春の訪れを感じる季節になりました。今の学年で過ごす日もあとわずかです。「早寝・早起き・朝ごはん」を基本に生活リズムをととのえ、残りの学校生活を元気に過ごしましょう。



3月の給食目標

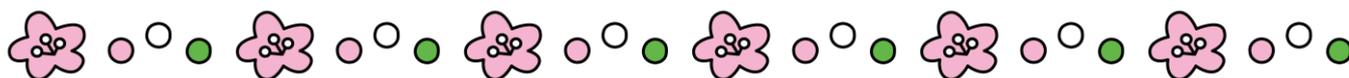
1年間の給食を振り返ろう



みなさんは、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>バランスのよい 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>



お知らせ

児童が考えた献立を提供します！

日新小学校の6年生の児童が考えた献立が給食に登場します。家庭科の学習で学んだ知識を生かし、「栄養バランス」「見た目の彩り」「旬」など色々な点に気を配り、献立を考えてくれました。2月に引き続き、3月にも2つの献立を提供します。お楽しみに！

【提供日】ABブロック 3月6日(金)/CDブロック 3月4日(水)

献立名：ご飯・牛乳・鯖の塩焼・豚汁・コールスロー



【提供日】ABブロック 3月13日(金)/CDブロック 3月12日(木)

献立名：チョコデニッシュパン・牛乳・マカロニグラタン・ポトフ・こんにやくサラダ・ゆずポン酢

ひな祭りのおはなし

3月3日は「ひな祭り」。女の子の健やかな成長を願ってお祝い



する日本の伝統行事です。現在のように、ひな人形を飾るようになったのは江戸時代のことで、もとは人形を身代わりにして邪気をはらう「流しびな」が起源とされています。行事食として、「ちらしずし」、「はまぐりのお吸い物」、「ひしもち」、「ひなあられ」など、華やかな食べ物が並びます。

ひしもちの意味

地域によって違いがみられますが、「緑・白・桃」の3色のもちを重ねたものが定番です。これは雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲くという、春の様子を表現しています。また、緑色には健康、白色には清浄、桃色には魔除けの願いが込められています。ひなあられは、もとはひしもちを砕いて作られていました。



卒業生の皆さんへ

ご卒業おめでとうございます！

「食べる」というのは、動物や植物などいろいろな生き物の命をいただくことです。その命をつないで、私たちは「生きる」ことができます。また、多くの人々の支えがあって「食べる」ことができます。これからも感謝の気持ちを忘れずに、「食べる」ことを大切にしてください。

