

食育だより

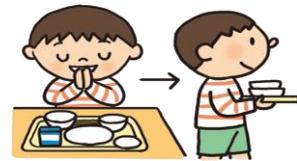
令和8年3月号
船橋市立夏見台小学校

日に日に暖かく春らしい季節になってきました。いよいよ今の学年で過ごす最後の月になりました。1年間の学校生活は健康に過ごせましたか？規則正しい生活とバランスのとれた食事で体調を整え、元気に3月を過ごしましょう。4月からの新しい生活にむけて、1年間の食生活を振り返ってみましょう。

3月の給食目標：給食のまとめをしよう！

1年間の給食月目標を振り返り、今年度のまとめをしましょう！

- 4月：給食の決まりを覚えよう
- 5月：食事のマナーを身に付けよう
- 6月：よくかんで食べよう
- 7月：衛生に気を付けて食べよう
- 9月：食生活のリズムを整えよう
- 10月：食べ物の働きについて知ろう
- 11月：地元の食べ物を知ろう
- 12月：寒さに負けない食事について知ろう
- 1月：行事食や食文化について知ろう
- 2月：感謝の気持ちで食べよう



ひなまつりの行事食

給食では、3月3日(火)に子供たちの健やかな成長を願い、「ちらしずし」「紅白お餅のお吸い物」でひなまつり給食を楽しみます。



ちらしずし

お祝いにぴったりの華やかな料理です。縁起物や旬の食材を使います。



ひしもち

赤は「魔よけ」白は「清浄」緑は「健康」を表すと言われています。健やかな成長への願いがこめられています。



ひなあられ

ひなあられの4色は四季を表し、「一年を通じて幸せに暮らして欲しい」という願いがあります。



2月人気No.1 献立 2月20日(金)
ソフト麺野菜あんかけ 牛乳
米粉の小松菜マフィン
コロコロきゅうり いちご

※船橋産の小松菜を粉にした「小松菜パウダー」を使って米粉の小松菜マフィンを作りました。モチモチ食感のマフィンは大人気のメニューです♪

