

センターだより



<お願い>
食器やスプーンは、みんなが気持ちよく
使えるよう大切に近づきましょう。

しょうがくせいよう
小学生用
れいわ ねん がつこう
令和6年3月号
かわくちしりつがっこうきゅうしょく
川口市立学校給食センター

1年間の食生活を振り返ろう

3学期も残りわずかとなりました。みなさんは、このセンターだよりを通して、給食・食べ物・健康・栄養などについて学んできました。ここで、最後に自分の食生活を振り返り、チェックを試みましょう。今年の自分と比べて、どのくらいできるようになったでしょうか。もしできていないことがあれば、もう一度食生活を見直してみましょう。

<p>てあら 手洗い・うがい・消毒がきちんとできましたか？</p>	<p>あさ 朝ごはんをしっかりと食べましたか？</p>	<p>よくかんで食べることはできましたか？</p>	<p>すききらいしないで食べることはできましたか？</p>
<p>給食の準備を協力してできましたか？</p>	<p>食事に関わる人々や、自然の恵みに感謝して食べることができましたか？</p>	<p>はしを正しく持つことはできましたか？</p>	<p>郷土料理について知ることができましたか？</p>

今年度のこんだてテーマ
あじ にほん かくち きょうどりょうり
「味わおう！ 日本各地の郷土料理」

こんだて紹介 5日(火)

とうきょうと 東京都

あなごのちらし寿司 牛乳
ちゃんこ鍋 小松菜メンチカツ

「あなごのちらし寿司」は江戸時代から東京で食べられている江戸前寿司を、給食用にアレンジしました。

明治時代に始まったとされる「ちゃんこ」は、一度に大量調理できて、力士のたちの体を作るために考えられた料理です。給食では、とりつくね・にんじん・だいこん・はくさい・しめじを使用し、真だくさんの汁にしました。

小松菜は東京都江戸川区が発祥の地と言われています。江戸時代に、徳川吉宗が当時の小松川村で食べた青菜を気に入り、小松菜と名づけられました。「小松菜メンチカツ」として登場します。

がつついたち きん まつ こんだて
3月1日(金) はひな祭り献立です

ひなまつりうどん 牛乳 野菜のかき揚げ ひなあられ

ひな祭りは女の子の成長を祝う行事で、「桃の節句」や「上巳の節句」ともいわれています。

ひなあられの色は春夏秋冬の「四季」を表しており、一年を通して子どもの健やかな成長を祈るという意味が込められています。

ねんせい
6年生のみなさんはもうすぐ卒業ですね。6年間食べた小学校の給食ともお別れです。

きゅうしょく
給食は、みなさんの健康を考え、たくさんの方が関わって作られています。これからも食べることの大切さを忘れず、元気に成長して欲しいと願っています。

