



さいたま市立城北小学校

令和7年3月1日

お子さんと一緒にご覧ください

# 1年間の給食をふり返ろう

みなさんは学校給食を通して、給食の準備から片づけまでや手洗い、食器の並べ方、食事マナーのほか、食品に含まれる栄養素や献立の栄養バランス、食文化などのさまざまなことを学んできました。下の表を確認しながら、できたことをチェックして、1年をふり返ってみましょう。

|  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 空気の入れかえなどをして、食事環境をととのえられた   | <input type="checkbox"/> 身支度や手洗いなどの食事前の準備が清潔にできた      |
| <input type="checkbox"/> 重いものや熱いものに気をつけて、安全に運ぶことができた | <input type="checkbox"/> 献立にふさわしい衛生的な盛りつけや、食器の並べ方ができた |
| <input type="checkbox"/> いただきます、ごちそうさまの食事のあいさつができた   | <input type="checkbox"/> はしの持ち方や食べ方などの食事マナーを身につけられた   |
| <input type="checkbox"/> 栄養バランスのよい献立について、学ぶことができた    | <input type="checkbox"/> 郷土食や行事食などの食文化について、知ることができた   |
| <input type="checkbox"/> 環境や資源に配慮し、分別をして、片づけができた     | <input type="checkbox"/> みんなで協力して手順よく片づけをすることができた     |

## 3月の献立の紹介...

2学期に6年生が家庭科の授業で献立のたて方を学び、「健康家族のおいしいこんだて」を考えました。すばらしい献立を各クラス1点選び、3月の給食に出します。

選ばれた献立は

★6年1組 橋本玲奈さんの「そばろと旬のフルーツ給食」 3月6日(木) 提供

そばろ丼、牛乳、厚焼き玉子、みそ汁、フルーツカップ(いちご・オレンジ・パイ)

おすすめポイント・・・五大栄養素を意識して、バランスよく選び、旬のフルーツ

「いちご」を入れました。

★6年2組 阿部大地さんの「旬の楽しみ給食」 3月11日(火) 提供

たけのこごはん・牛乳・さわらのフライ・春野菜のみそ汁、いちご

おすすめポイント・・・旬の食材を楽しめるようにしました。和食で「赤・黄・緑」バランスよくしました。

★6年3組 伊勢航大さんの「栄養たっぷり!!オムライス給食」 3月13日(木) 提供

オムライス・牛乳・野菜スープ・せとか

おすすめポイント・・・五大栄養素を入れ、全学年好きそうなオムライスやみかんを入れました。

その他にも

●3月3日(月)・・・ひなまつり給食

こぎつね寿司・牛乳・きびなごフライ・あさりのすまし汁・桜もち

●3月4日(火)・・・6年2組リクエストカレー給食

岩槻米ごはん・牛乳・ビーフカレー・小松菜とわかめのサラダ・すだちゼリー

●3月19日(水)・・・卒業祝い給食(セレクト給食)

赤飯(ごま塩)・牛乳・エビフライかトンカツ・おめで鯛汁・アイスクリーム



## 栄養士・給食室からありがとう!

1年間ありがとうございました。今のクラスのお友達と食べる給食もあと13回です。今年度、残りの給食を楽しんで食べてください。苦手なものを克服できた人はいますか?お気に入りの給食ができた人はいますか?

これからも心を込めて安全でおいしい給食を作ります!来年度もよろしくお願いいたします。

