



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 | |

©少年写真新聞社2025

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「そぼろと旬のフルーツ給食」 3月6日(木) 提供

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

せきはん(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・給食室からあいがとう！

1年間ありがとうございました。今のクラスのお友だち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します。

