

平成30年度

# 3月の給食だより

平成31年2月28日  
練馬区立高松小学校  
栄養士 宮島加奈代



「早寝早起き朝ごはん」運動



木の芽や花のつぼみがふくらみ、日を追うごとに春が深まるのを感じます。いよいよ今年度最後の月となりました。この1年間、食生活を通して学んだいろいろなことを大切にしましょう。仲間と一緒に、思い出に残る楽しい給食時間を過ごしてくださいね。

## 1年間の食生活をふり返ってみよう！

スタート！



はいか  
いいえで  
答えよう

①朝食を毎日  
食べることが  
できた

②食事の前に  
石けんで手洗いが  
できた

③食事をよくかんで  
食べることが  
できた

④食品の3つや  
6つのグループの  
働きを知ることが  
できた

⑤感謝の気持ちを  
込めて食事のあい  
さつができた

⑥苦手な食べ物を  
食べることが  
できた

⑦はしを正しく  
持つことが  
できた

⑧季節や行事の  
料理を知ることが  
できた

⑨間食は時間や量を  
決めて食べること  
ができた

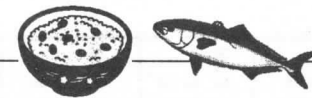
⑩まわりの人と  
楽しく食事を  
することが  
できた

ゴール！  
いくつ  
できるよう  
になったかな？

食生活をふり返ってみてどうでしたか？ できることを増やしていきましょう。

©少年写真新聞社2019

漢字熟語パズルの答え①/生 澤



## 3月の献立紹介

### ◆19日・・・[卒業(進級)お祝いこんだて] 赤飯、フリ

3月に卒業する6年生・4月に進級する1～5年生にむけて、給食室からのお祝い給食です。お祝い事の際に食べられている料理といえば、お赤飯ですね。赤い色は昔からおめでたい色として大切にされてきました。そのほかにも、赤は邪気をはらい厄よけの力があると信じられていたそうです。

成長するにつれて名前が変わる魚を「出世魚」といいます。フリも成長するにつれて名前が変わるので、出世の願いを込めました。みなさんのさらなる成長を願います。



### ◆20日・[小学校生活最後の給食総選挙(6年生)1位！] 北海道バターさんラーメン

1月11日、6年生を対象に選挙体験教室が行われました。各候補が工夫をこらした中、選挙により見事1位に輝いた給食メニューは【北海道バターさんラーメン】！！このラーメンが、今年度最後の給食に満を持して登場です。高松小の人気メニュー、みそラーメンにバター、コーンを追加した特別バージョンです。お楽しみに☆

## 漢字熟語パズル

フライパンの真ん中に漢字を入れると4つの二字熟語ができます。1、2、3を並べると何という言葉になるでしょう。

例

「補給」「給食」「有給」「給付」の4つの熟語ができます。

1 和 → 外 → 品

2 学 → 産

3 自 → 復 → 動

1 魚

2 鯛

3 鯛

大切に

## 保護者のみなさまへ

給食費の引き落としは1月で終了しました。  
ご理解とご協力、誠にありがとうございました。

