

# 3月給食だより

令和7年2月28日  
練馬区立旭丘中学校

## 1年間ありがとうございました!

まだ寒さの残る日はあるものの、吹く風に春の到来を感じる季節となりました。この1年で、どの生徒も心身ともに大きく成長し、一段とたくましくなった様子がかがえます。日々の給食や食育を通して、そのサポートができていたらうれしいです。今月は、卒業や進級を控えた皆さんへ、応援やお祝いの気持ちを込めた給食を提供しますので、楽しみにしてください。



### 今月の献立から

#### 3日(月) ☆ひなまつりの献立☆

ひな祭りは桃の節句とも言い、女の子の健やかな成長と健康を願います。みなさんの健やかな成長を願って、給食室では『ちらし寿司』を作ります。

#### 4日(火) ☆セレクト給食☆

サンドウィッチの具材のセレクト給食を行います。「照り焼きチキン」か「フィッシュフライ」を選んで、当日は自分でサンドして食べます。

#### 5日・13日・17日 ☆3年生リクエスト給食☆

中学生生活最後の給食で食べたいもののアンケートをとり、クラスごとのリクエスト給食を実施します。

#### 14日(金) ☆卒業・進級お祝い献立☆

3年生の卒業と、1・2年生が新しい学年に進級するお祝いの献立で、「赤飯」を炊きます。皆さん、卒業、進級おめでとうございます。

## 卒業生の皆さんへ

健康な心と体は、毎日の食事の積み重ねです。

今食べている食事は、“未来の自分”をつくるための重要な土台となります。これから先、自分で選んで食べる機会が増えていきますが、迷ったときには、ぜひ給食を思い出してみてください。皆さんの新生活が健康で充実したものとなるよう願っています。

## ご卒業おめでとうございます!



## もうすぐ春休み!



## 新年度に向けて準備をする機会に



新年度が始まると、環境が変わり、心と体に負担がかかりやすくなります。春休み中も早寝・早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて体調を整えておきましょう。

## 春の行事と行事食

3月3日	3月20日ごろ	桜開花のころ
◆ひなまつり◆	◆春分の日(春のお彼岸)◆	◆お花見◆
はまぐりの潮汁 ひしもち	ほたもち	花見団子 行楽弁当

### 給食の食材の主な産地(1月)

- 練馬区 (大根、長ねぎ、にんじん、たくあん)
- 東京都 (キャベツ、長ねぎ、里芋、小松菜、大根)
- 北海道 (じゃがいも、玉ねぎ、鮭)
- 栃木県 (もやし、長ねぎ、いちご)
- 埼玉県 (きゅうり、鶏卵)
- 神奈川県 (大根)
- 愛知県 (キャベツ)
- 長崎県 (ぶり)
- 青森県 (にんにく、ごぼう)
- 茨城県 (生姜、チンゲン菜、白菜、れんこん、さつまいも、豚肉)
- 千葉県 (にんじん、大根、かぶ、長ねぎ、きゅうり、マッシュルーム)
- 静岡県 (セロリ)
- 和歌山県 (みかん、八朔)
- 岩手県 (鶏肉)
- 長野県 (しめじ)
- 宮崎県 (きゅうり、ピーマン)