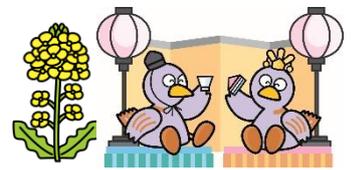




3月 食育だより



上尾市立尾山台小学校
令和5年2月28日発行

寒い日が続きますが、日に日に春らしさを感じる陽気になってきました。早いもので、今の学年で過ごす日も残りわずかです。この1年間の給食時間を振り返ってみると、準備や後片付けがスムーズにできるようになったり、苦手だった物が食べられるようになったり、時間内に食べ終われるようになったりと、一人ひとりが大きく成長した様子がうかがえます。白ごろの食生活についても、各自で振り返ってみましょう。



白ごろの食生活を振り返ろう!



卒業生の皆さんへ

ご卒業おめでとうございます。心も体も成長途中の皆さんにとって、食事から栄養をしっかりとること、食事を楽しむことが何より大切です。小学校の給食を通して学んだことを思い出しながら、これからも毎日の食生活をよりよいものにして健康な体と心を作り、中学校での活躍を願っています。



リクエスト献立を実施します

3月6日(月)、10日(金)は、6年生が作成したリクエスト献立を実施します。今年はクラスを2班に分けてそれぞれ1日ずつ、家庭科の授業で学んだ献立作成の方法や栄養価についての知識を生かし、メンバーみんなで相談しながら、献立を作成しました。残り少ない小学校生活での給食。みんなの思いの詰まった献立になっています。どうぞお楽しみに。

3月6日(月)

- ★ココア揚げパン
- ★クリームシチュー
- ★牛乳
- ★こんにやくサラダ
- ★いちご

3月10日(金)

- ★キムチチャーハン
- ★鶏肉の唐揚げ(塩麹味)
- ★春雨サラダ
- ★乳酸菌飲料

今月の献立から

- 手作り献立: コーンコロケ 2日(木)
- 世界の料理: ベトナム風フォー 2日(木)
- 卒業・進級
- お祝い献立: 赤飯、セレクトデザート 20日(月)



ひな祭りは、女の子の成長と幸せを願う行事で、五節句(五節供)の一つ「上巳の節句」が起源です。季節の花にちなんで「桃の節句」ともいいます。桃の花やひな人形を飾り、さまざまな願いを込めた料理やお菓子を食べて厄を払います。給食では3日に『手巻きずし(きゅうり・なっとう・イカ竜田揚げ)』と『ひなあられ』を提供します。