

3月食育だより

令和8年3月発行 第32号
 王寺町立学校給食センター

ひな祭りのおはなし

毎年3月3日は、女の子の健やかな成長と幸せを願い、お祝いをする「ひな祭り」です。ひな祭りの始まりは、平安時代までさかのぼります。古代中国から伝わった「上巳節」という厄払いの風習と、貴族の女の子たちの間で流行した人形遊びが結びつき、人形に災いをして川に流す「流しびな」の風習が生まれました。その後、豪華なひな人形を飾るようになり、江戸時代には一般の人びとの間へも広がっていき、現代のようなひな祭りが行われるようになりました。

各地のひな菓子



タンドリーチキン 給食レシピ

<材料> 4人分

- 鶏もも肉 200g
- プレーンヨーグルト 25g
- トマトケチャップ 大さじ1
- おろしにんにく 小さじ1/2
- 濃口しょうゆ 小さじ1
- カレー粉 1g
- 塩 少々
- こしょう 少々

<作り方>

- 鶏もも肉を食べやすい大きさに切る。(給食では1人分50g一切れです。)
- ①を調味液(鶏もも肉以外のすべての材料)に漬け込む。
- オーブンで焼くor油(分量外)をひいたフライパンで焼く。

卒業生はもうすぐ最後の給食です。
 これからも食べることを大切に!



1年をふりかえろう! 給食チェックめいろ

- めいろのルール**
- すべての質問に答えられるよう、道を探して進むこと。
 - 同じ道を通らないこと。
 - ゴールしたら、答えの合計得点を計算すること。

スタート

Q. 給食の前をしっかり手を洗えましたか?

よくできた...5点
 まあまあできた...3点
 できなかった...0点

Q. 食事のあいさつができましたか?

よくできた...5点
 まあまあできた...3点
 できなかった...0点

Q. 好き嫌いなく食べられましたか?

食べられた...5点
 まあまあ食べられた...3点
 食べられなかった...0点

Q. 給食当番を協力してできましたか?

よくできた...5点
 まあまあできた...3点
 できなかった...0点

Q. よくかんで食べることができましたか?

よくできた...5点
 まあまあできた...3点
 できなかった...0点

Q. おはしを使って上手に食べることができましたか?

よくできた...5点
 まあまあできた...3点
 できなかった...0点

Q. いろいろな食べ物を知ることができましたか?

よくできた...5点
 まあまあできた...3点
 できなかった...0点

Q. 給食時間を楽しめましたか?

とても楽しめた...5点
 まあまあ楽しめた...3点
 あまり楽しめなかった...0点

ゴール

計算式

[=] 合計 = 点

- 35点~40点... よくがんばりました!**
すばらしいです! 1年間、給食の時間をとても大切にすごせましたね。これからも、おいしく楽しく、みんなのお手本になれるあなたに期待しています。
- 25点~34点... よくできました!**
がんばりましたね。給食の時間に大切なことをたくさんできるようになりました。次は、もう少しがんばれるところを探して、挑戦してみましょう。
- 15点~24点... もう少しがんばろう!**
給食の時間、楽しくすごせていますか? 次は、「これだけはがんばろう!」ということを一つ決めて、取り組んでみましょう。
- 0点~14点... もっとがんばろう!**
できなかったこと、楽しめなかったことなど、先生やお友達に相談しながら、一つずつできるようにしていきましょう。きっと、もっと楽しい給食の時間にできますよ!