

2024年 3月 給食だより

御所市学校給食センター

卒業や進級など節目を迎える時期となりました。給食は「心と体の栄養になるように」「おいしく安心して食べられるように」など、たくさんの思いを込めて作っています。みなさんは、給食を食べながら、どんなことを感じ、学んでいきましょうか？今年度の給食もあと少して終わりです。この1年を振り返るとともに、残りの日々も給食をしっかり食べて、元気に学校生活を送ってほしいと思います。



給食時間を振り返ろう 『食育』チェックシート



この1年間を振り返り、「できたことに○」、「時々できたことに△」、「あまりできなかったことに×」をつけてみましょう。残りの1カ月もできるように取り組んでみましょう。

<p>給食の前に手をきれいに洗えた</p>	<p>給食当番の身支度をきちんとできた</p>	<p>食事のあいさつを心を込めて言えた</p> <p>いただきます</p>
<p>給食の準備を協力してできた</p>	<p>お箸を正しく持ち、上手に使うことができた</p>	<p>よくかんで味わって食べることができた</p>
<p>地域の産物や食文化を知ることができた</p>	<p>日本の伝統行事と行事食について知ることができた</p>	<p>バランスの良い食事の組み合わせがわかった</p> <p>牛乳・乳製品 果物 主食 主菜 副菜</p>

あじわいメモ ~3月の給食~

ひな祭り献立(1日)

3月3日は女の子の健やかな成長を願ってお祝いをする「ひな祭り」です。行事食として、ちらしずし、はまぐりのお吸い物、ひしもち、ひなあられなど華やかな食べ物が食べられます。



ひしもちの「緑・白・桃」の3色は雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲くという春の様子を表現しています。また、緑色は健康、白色は清浄、桃色は魔よけの願いが込められています。給食ではひしもちの色を表した三色サラダを予定しています。



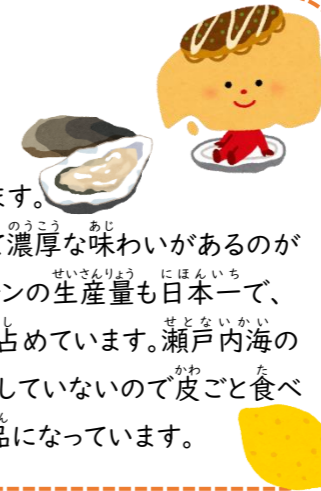
卒業お祝い献立(11日)

卒業生のみなさん、ご卒業おめでとうございます！私たちは多くの人たちの支えがあって「食べる」ことができています。これからも感謝の気持ちを忘れずに、「食べる」ことを大切にしてください。11日の卒業お祝い献立には、お祝いデザートがでます。お楽しみに♪



食育の日(7日)

広島県は瀬戸内海と中国山地に囲まれた自然豊かな県です。瀬戸内海には約140の島があり、農業や漁業が盛んに行われています。牡蠣の生産量は日本一で、身がプリッとして濃厚な味わいがあるのが広島牡蠣の特徴といわれています。また、レモンの生産量も日本一で、国産レモンの生産量の6割以上を広島県が占めています。瀬戸内海の温暖な気候で育ち、ワックスや防腐剤を使用していないので皮ごと食べられ、スイーツや飲み物などいろいろな加工品になっています。



いい歯の日(13日)

今月の噛みごたえのある食材は、「れんこんのソテー」に入っているれんこんと突きこんにやくです。大人になっても自分の歯を使って食事ができるように、よく噛んで食べて歯の健康を保ちましょう！



保護者の方へ ~令和6年度の給食費について~

令和6年度の学校給食費の口座振替による振替日についてお知らせします。学校給食費は、全て食材の購入経費に充てられていますので、来年度の振替日をご確認していただき、納入忘れのないようお願いいたします。子どもたちに栄養バランスのとれたおいしい給食を提供していきたいと思っておりますので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



実施月	振替日	実施月	振替日
4月分	令和6年4月30日(火)	11月分	令和6年12月2日(月)
5月分	令和6年5月31日(金)	12月分	令和7年1月6日(月)
6月分	令和6年7月1日(月)	1月分	令和7年1月31日(金)
7月分	令和6年7月31日(水)	2月分	令和7年2月28日(金)
9月分	令和6年9月30日(月)	3月分	令和7年3月31日(月)
10月分	令和6年10月31日(木)		

給食費	
<一人あたり月額>	
小学校	3,900円
中学校	4,300円

※現在口座振替利用の方、また今回口座振替利用手続きされた方につきましては、御所市立の中学校を卒業するまで、口座情報に変更がない限り有効(手続き不要)です。