

3月給食だより

令和8年3月

川崎市立宮前平小学校

No.11



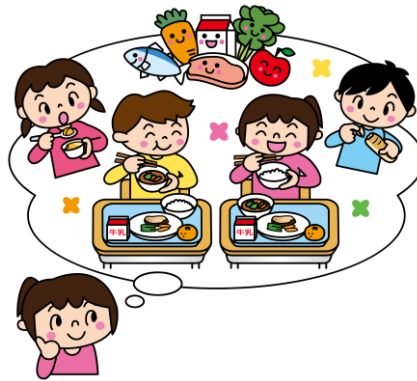
少しづつ寒さがやわらぎ、春の気配を感じる季節となりました。今年度もいよいよ最後の月です。給食時には、友達と楽しく食べたり、苦手なものに挑戦したりする姿がたくさん見られました。6年生は、小学校で食べる給食は残りわずかなので、3月は人気の献立をたくさん取り入れました。ぜひ、楽しく、おいしく、味わって食べてほしいと思います。



3月の献立について

3月の給食目標「1年間の食生活をふり返ろう」

《ねらい》1年間の給食から自分の生活に活かせることを考える



★給食目標に関連した献立

4日 ぶどうパン ポテトグラタン 野菜ソテー 牛乳

★行事食「ひな祭り」(2日)

ちらしごはん(ごはん) きざみのり いかの吉野揚げ やよい汁 ひなあられ 牛乳



ひな祭りは、女の子の健やかな成長を願う行事です。ひな人形を飾り、桃の花やひしもちを備え、白酒でお祝いします。給食では、ひな祭りをイメージして、「ちらしごはん」「やよい汁」「ひなあられ」を取り入れました。やよい汁にはなるとが入り、紅白の色合いでひな祭りをお祝いします。

★久しぶりの献立「さんまのかば焼き」(13日)

さんまのかば焼きは、9年ぶりに給食に出ます！ここ数年、さんまの獲れる量が少なかったため、給食でさんまを出すことができませんでした。しかし、去年は海流や海水温の変化により、さんまがたくさん獲れたので、給食でも使えることになりました。揚げたさんまに、砂糖・しょうゆ・酒を合わせたたれをかけて提供します。

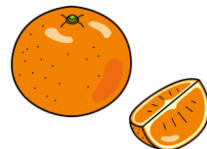
★新献立「チキンストロガノフ」(16日)

チキンストロガノフは、中学校給食で人気がある献立の一つです。とり肉と野菜をデミグラスソースなどの調味料で煮込んで作ります。ハヤシライスやカレーのように、ごはんと一緒に食べる献立の種類を増やすために取り入れました。

★季節の食品

3月は、旬の食品として、次の食品を給食に取り入れます。

キャベツ たまねぎ ブロッコリー パセリ せとか しらす わかめ



給食費について

3月2日に第9期(2、3月分)の給食費の引き落としを予定しています。引き落とし金額は月額¥4,600とし、第9期は2ヶ月分から今年度の給食停止回数分の給食費が調整された金額が引き落とされます。口座残高の確認をお願いいたします。

給食当番の三角巾について

これまで、給食当番には白衣を貸し出し、三角巾とマスクを持って来ていただいていたのですが、来年度より、全学年の給食当番に、白衣と帽子を貸し出す予定です。（現在は1年生のみ帽子も貸し出しています。）帽子も白衣と同様に、週末の洗濯とアイロンがけをお願いいたします。

なお、来年度から、給食当番の週は、マスクのみ持って来ていただく予定です。
ご理解、ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

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。ひな人形や桃の花を飾り、さまざまな願いを込めた料理やお菓子をいただきます。季節の節目となる五節句（五節供）の一つ「上巳の節句」でもあり、季節の花にちなんで「桃の節句」とも呼ばれます。




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、人形に災いを移して川に流す「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。

ひな祭りの食べ物




ひしもち




みどり しろ もも
緑・白・桃（ピンク）の3色をかさねた、菱形のもち。雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲く春の様子を表現しているとされますが、色や形、重ね方など、地域によって違いがあります。

ひなあられ




もとはひしもちを砕いて作られていました。関東と関西で大きく異なり、関東地方では米粒形の甘いポン菓子、関西地方では直径1cmほどの丸形のあられが親しまれています。

白ざけ




もも はな さけ ひた とうか
桃の花びらを酒に浸した「桃花酒」を飲む風習がありましたが、江戸時代に「白酒」が売り出されると、たちまち人気を集めて定着しました。白酒はアルコールを含むため、子ども向けには、米麴から作る甘酒などが用いられます。

ちらしずし



すめし うえ えんぎ よ た もの しゅん た もの いろど
酢飯の上に、縁起の良い食べ物、旬の食べ物を彩りよく散らしたおすしです。ひな祭りの食べ物として定着したのは、最近のことで、もとは、塩漬けにした魚と米を発酵させた「なれずし」が食べられていたとされています。

はまぐりのうしお汁



はまぐりは、対になった貝殻でないと形がぴったり合わないことから、夫婦円満の象徴とされています。良い縁に恵まれて、幸せになれるようにという願いが込められています。