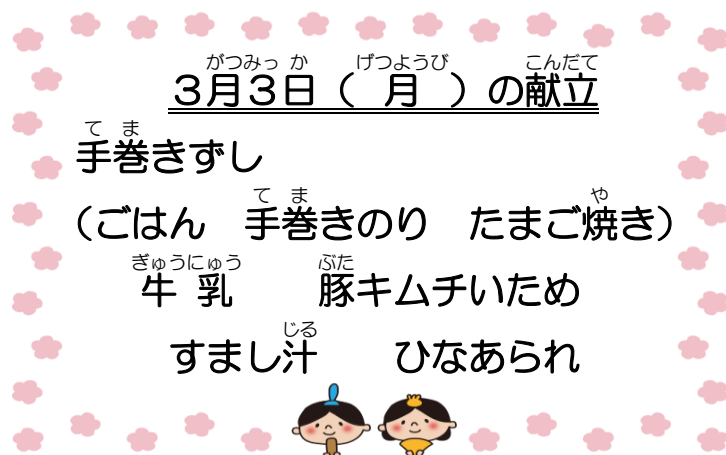


給食 News

令和7年3月2週
八千代町立学校給食センター発行

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



3日（月）の給食は「ひな祭り献立」です。

3月3日はひな祭りです。女の子の健やかな成長を願ってお祝いをする日本の伝統行事です。現在のように、ひな人形を飾るようになったのは江戸時代のことです。もとは人形を身代わりにして邪気をはらう流しびなが起源とされます。ひなあられの4色の意味は日本の四季を表し、桃色が春、緑色が夏、黄色が秋、白色が冬となります。ひなあられを食べることで四季を通じた自然のエネルギーを取り込み、1年を通して健康でいられるようにとの意味が込められています。

みなさん、手をきれいに洗いましたか？健康チェックは済ませましたか？今日の給食はみんなで楽しく、手巻きごはんを作って食べましょう。「ひなあられ」の春を表す色にも注目し、健康を願って、食べてみてください。



給食 News

令和7年3月3週
八千代町立学校給食センター発行

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



がつとおか げつようび こんだて
3月10日(月)の献立

ごはん ぎゅうにゅう
牛乳
うま塩野菜炒め かいせん
海鮮しゅうまい
かきたま汁 じる
クレープ



ちゅうがく ねんせい しょうちゅう ねんかん がっこうせいかつ あす しゅうりょう
中学3年生のみなさん、小中9年間の学校生活が明日で終了
しますね。せんせいがた ともだち たの し かん す
先生方やクラスの友達と楽しい時間を過ごせましたか？

がっこうきゅうしょく せいちょう ひつよう えいよう えいよう
学校給食は、みなさんの成長に必要な栄養や、栄養バランス

てほん つく
のお手本となるように作られています。

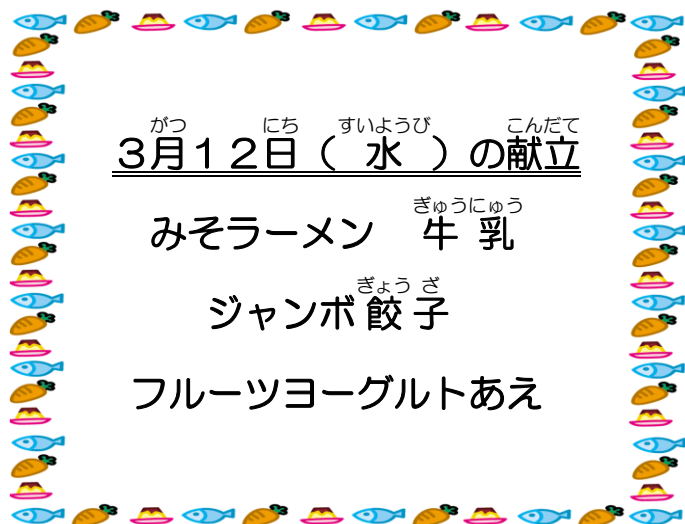
こんだて きほん めん しゅしょく にく
献立の基本は、ごはん・パン・麺といった「主食」に、肉・
さかな たまご だいす せいひん しゅさい やさい つか ふくさい
魚・卵・大豆製品といった「主菜」、そして野菜を使った「副菜」
に、しるもの ぎゅうにゅう くわ く あ なか
汁物や牛乳を加えた組み合わせとなっています。その中でも
ぎゅうにゅう ほね は
牛乳は、骨や歯をつくるもとになるカルシウムがたくさんはいっ
ています。がっこう ひ まいにち ばい め やす の
学校がない日でも毎日コップ1杯を目安に飲むように
し、しょうぶ ほね は めざ
し、丈夫な骨や歯を目指しましょう。

けんこう こころ からだ まいにち しょくじ つ かさ さき
健康な心と体は、毎日の食事の積み重ねです。これから先、
じぶん じしん えら た きかい ふ まよ
自分自身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
きゅうしょく おも た た べんきょう うんどう
給食を思い出してみてください。しっかりと食べて勉強や運動
がんば しんせいかつ じゅうじつ ねが
を頑張り、新生活が充実したものになることを願っています！

給食 News

令和7年3月3週
八千代町立学校給食センター発行

<http://www.town.ibaraki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



12日(水)の給食は「カミカミ献立」です。

厚生労働省では、一口30回以上かんで食べることを目標と

する「カミング30」をみなさんによびかけています。これは、十

分に歯と口を使う「食べ方」を通して健康になろうというものです。

みなさん、餃子は好きですか？今日はいつもより大きな餃子が

給食に出ます。その餃子をしっかりとかむことで、集中力が

高まったり、脳の働きがよくなります。早食いにならないために

も普段から一口30回かむ習慣をつけて、食べましょう！

給食 News

令和7年3月4週
八千代町立学校給食センター発行

<http://www.town.ibarki-yachiyo.lg.jp/kouhou/kyusyoku/k-news.html>



がつ 3月18日 (火) の献立

ごはん 牛乳 春巻き

ナムル マーボー豆腐



小学6年生のみなさん、6年間の小学校生活が明日で終了しますね。先生方やクラスの友達と楽しい時間を過ごせましたか？

今日の給食は「ごはん・牛乳・春巻き・ナムル・マーボー豆腐」といった中華メニューです。なかでもマーボー豆腐には、体を温めてくれるしょうがや、スタミナのつくにんにくが入っています。

最後まで味わって食べましょう。

学校給食は、みなさんの成長に必要な栄養や、栄養バランスのお手本となるように作られています。

中学生になると、授業の後に部活動があります。健康な心と体は毎日の食事の積み重ねです。しっかりと食べて勉強や運動

を頑張り、新生活が充実したものになることを願っています！