



3月 給食だより

令和6年 2月 27日
荒川区立第七中学校
校長 千葉 貴
栄養士 石井 康子

1年間、ありがとうございました

卒業や進級の節目を迎える時期となりました。この1年で心も体も成長したのではないかと思います。保護者の皆様、本年度も給食運営へのご理解とご協力をありがとうございました。引き続き、安心、安全な給食を提供できるよう、努力していきますので、よろしくお願いいたします。



3/3 ひな祭り



3月3日は「ひな祭り」。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、ひな人形を飾ようになったのは江戸時代のことで、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。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、華やかな食べ物が並びます。



はまぐりのお吸い物



ちらしずし

今年度の給食もあと少しで終わりです。3年生はあと9回しかありません。「食べる」というのは、動物や植物など、いろいろな生き物の命をいただくことです。その命をつないで、私たちは「生きる」ことができます。また、多くの人の支えがあって「食べる」ことができています。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。給食では、1人分のカロリーを計算し、成長期に必要な栄養素を摂り入れ献立をたてています。3年生は、もう給食はなくなりますが、自分で自分の身体を大切にしてください。健康であることはとても大切なことです！！

