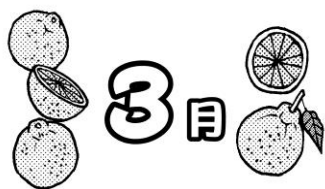


給食だより



令和7年2月28日
荒川区立第三中学校
校長 小柴 憲一
栄養士 金山 桜子
今野 愛佳

寒さが和らぎ、春はすぐそこまできています。3月は、1年間のまとめの月です。自分自身の食生活や給食時間の過ごし方を振り返り、新しい学年や卒業後の目標を考えてみませんか？

3月の給食目標

1年間の食生活について反省しよう

1年間の食生活を振り返ってみよう

3学期も残りわずかとなりました。1年間の自分の食生活や給食時間の過ごし方を振り返ってみてよくできたことや、直すべきところはあるでしょうか？反省をして、これからの生活に生かしていきましょう。

チェックらんにチェックをしながら振り返ってみましょう！



☐ 朝ごはんを毎日食べることができた 	☐ 一口30回噛む事を意識して食事ができた 	☐ 量や時間を決めて間食をとることができた 
☐ 良い姿勢で食べることができた 	☐ 苦手な食べ物でも食べてみようとした 	☐ はしの使い方など食事のマナーを身につけられた 
☐ 季節や行事の料理を知ることができた 	☐ 食事の前に石けんで手をきれいに洗うことができた 	☐ 食事の準備、片付けを率先して行った 

3年生リクエスト給食 結果発表！



3年生の最後の思い出作りにリクエスト給食を行うため、アンケートを実施しました。ご協力ありがとうございました。2月の給食でランキング上位の献立をいくつか出しましたが、3月の給食にも登場しますので楽しみに！また「卒業前の最後の給食で食べたいメニュー」第1位の結果は裏面を見てください。

主食



- 1位 きなこ揚げパン (60票)
2位 みそラーメン (43票)
3位 キムチチャーハン (24票)
揚げパンが大人気！ ラーメンやチャーハンなどの中華料理も人気がありました。

主菜



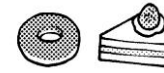
- 1位 鶏のから揚げ (55票)
2位 ジャンボ揚げ餃子 (45票)
3位 春巻き (36票)
揚げ物がトップ3を独占しました。鶏のから揚げは卒業お祝い献立で召し上がれ。

副菜・汁物



- 1位 パリパリサラダ (75票)
2位 ツナサラダ (30票)
3位 ポテトのハニーサラダ (17票)
サラダがとても人気です。パリパリサラダには揚げたワントンの皮がのっています。

デザート



- 1位 おかしな目玉焼き (カルピス) (27票)
2位 抹茶プリン (23票)
3位 オレンジゼリー他 (20票)
黄桃とカルピス寒天で作る、おかしな目玉焼きが第1位になりました。

3年生の給食の思い出

3年生のアンケートより、給食の思い出を一部紹介します。(抜粋)

●献立の思い出

- 『お絵かきオムライス』 友達と書いたのを見せ合って笑いあったのが思い出に残っています。
- 『運動会の日のカツカレー』 運動会の日椅子がなくみんなが立ちながら食べたりいつもよりわいわいしていた印象がある。一番楽しかった。
- 『サラダ全般』 いままで、サラダが嫌いだったけどサラダが好きになりました！サラダがどこよりも美味しく毎日完食していました。

●給食時間の思い出

- デザート系や、サラダなどが、特に美味しかったです！全て1つ1つ手作りだと聞いたとき、とても驚きました！
- 全部おいしかったです！もう食べられないと考えるだけで心が苦しいです。
- 電子黒板のクイズが楽しくて毎回やっていました。改めて食に興味を持つことができたので良かったと思います。

3年生の皆さんご卒業おめでとうございます。三中で食べる給食も残り少なくなってきました。給食が楽しい思い出の1つとなっていたら嬉しいです。