



令和7年度

3月 こんだてひょう



静岡県学校給食年間献立作成テーマ
感謝して食べよう
静岡のめぐみと食を支える人たち

静岡市立清水辻小学校

3・4年生

Table with columns for Date, Day, Menu, Ingredients (あか, みどり, きいろ), Energy/Protein/Fiber/Salt, and Notice. Includes various food items like 2月, 3月, 4月, 5月, 6月, 9月, 10月, 11月, 12月, 13月, 16月.

※めん類の製造過程でそば、卵が混入する可能性があります。

※パンの製造過程で、卵、ごま、大豆、りんごが混入する可能性があります。

※魚には小骨が残っている可能性があります。食べるときは注意して食べましょう。

※食材の使用については安全確認に努めています。

※給食費はすべて食材料費に使用しています。

※表示されている栄養価は、小学校3・4年生の数値です。

※「学校給食」「学校の食事」「食育フォーラム」の

イラストを使用しています。



～お知らせ～

- 令和7年4月以降、静岡市の学校給食では、落花生・くるみを原材料とした給食の提供はありません。
- 家庭配付用献立表には、すべての食材は記載されていません。詳細な内容が必要な場合は詳細献立表を確認してください。

## 1年間ありがとうございました！

まだ寒さの残る日はあるものの、吹く風に春の到来を感じる季節となりました。この1年で、どの子も心身ともに大きく成長し、一段とたくましくなった様子がうかがえます。日々の給食や食育を通して、そのサポートができていたらうれしいです。今月は、卒業や進級を控えた皆さんへ、応援やお祝いの気持ちを込めた給食を提供しますので、楽しみにしてください。



給食時間を振り返ろう

### 「食育」チェックシート

この1年の給食時間を振り返り、できたことに○を付けましょう。



<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>食器を正しく並べることができた</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>バランスのよい食事の組み合わせがわかった</p>

もうすぐ春休み！

### 新年度に向けて準備をする機会に



新年度が始まると、環境が変わり、心と体に負担がかかりやすくなります。新しい学年、学校でよいスタートが切れるよう、春休み中も早寝・早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて体調を整えておきましょう。

### 春休みも朝ごはんを必ず食べましょう

<p>● 1日を元気にスタートできる</p> <p>体温が上がり、体が目覚めます。</p>	<p>● 集中力がアップする</p> <p>脳にエネルギーが行きわたり、やる気も出てきます。</p>
<p>● うんちが出やすくなる</p> <p>陽が刺激され、はたらきがよくなります。</p>	<p>● 生活リズムが整う</p> <p>決まった時間の食事が生活によりリズムを作ります。</p>

### 卒業生の皆さんへ

ご卒業おめでとうございます！

「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。

