

3月

給食だより



©yoshikawa

令和7年3月
吉川市立学校給食センター

寒さの中にも春の訪れを感じられる日々となりました。卒業を迎えるみなさん、おめでございます。みなさんの思い出に残っている給食はありますか？これから先も、吉川の給食がみなさんの思い出の一つになってくれたらうれしいです。給食で学んだことを生活に生かして、進学先や新しいクラスでも頑張ってください。

1年間の給食を振り返ってみよう!

「はい」は →、「いいえ」は → に進みましょう。

スタート

<p>すきらいせずに食べられた。</p>	<p>食事の前の手洗いをきちんとできた。</p>	<p>「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをして食べられた。</p>	<p>がんばりましょう。</p> <p>ちょっと困りました。給食で教わったことを思い出してがんばりましょう。</p>
<p>給食当番の仕事をしっかりできた。</p>	<p>お碗や皿を重ね、決まりどおりに後片付けができた。</p>	<p>食事のマナーをしっかりと守って食べられた。</p>	<p>もうひとがんばり</p> <p>毎日の給食から、さらにいろいろ学びましょう!</p>
<p>みんなと楽しく給食が食べられた。</p>	<p>お碗や皿、はしを正しい位置に並べて食べるのができた。</p>	<p>旬の食べ物やふるさとの料理を給食を通して知ることができた。</p>	<p>よくできました。</p> <p>もうひと息で100点です。</p>
			<p>たいへん大変よくできました。</p> <p>みんなのお手本です。これからもがんばってね!</p>

なま よし に いた よ しょくたく いろど ばんのうやさい か
生でよし！煮ても炒めてもよし！！食卓を彩る万能野菜として欠かせないキャベツ。
せかいさいこ やさい ひとつ いわれておひり、そせん あおじる げんりょう なじみ
世界最古の野菜の一つと言われており、祖先は青汁の原料でお馴染みのケールだそう
です。とうじ やさい いちよう ちょうし ととの やくそつ た
です。当時は野菜より胃腸の調子を調える薬草としてキャベツが食べられていました。



よしかわさん
吉川産キャベツは、あきからふゆ たねをまいてはる しゅうかく
『春キャベツ』と、なつ あき たねをまいてふゆ しゅうかく
『冬キャベツ』がきゅうしょく とうじょう
給食に登場します。
いま がつ しゅん はる
今から5月が旬の春キャベツは、ま
みずみずしいのがとくちょう
特徴です。

給食レシピ紹介

キャベツとフジッリマカロニのリテー

【材料】（4人分）

- | | |
|--------------------|----------|
| ・フジッリマカロニ 30g | ・油 小さじ1 |
| ・ツナ缶 小1/2缶 | ・塩 ひとつまみ |
| ・キャベツ 120g（短冊切り） | ・こしょう 少々 |
| ・にんじん 30g（太千切り） | |
| ・しめじ 30g（ほぐす） | |
| ・にんにく 1/2かけ（みじん切り） | |

給食の人気メニュー！
フジッリマカロニは、
味が馴染みやすい、
らせん状のマカロニです。



なまりん

- ① フジッリマカロニを袋の表示時間通りに茹でる。
- ② フライパンに油を熱し、弱火でにんにくを炒める。
にんにくの香りが出てきたら中火にして、にんじん、キャベツ、しめじを炒める。
- ③ ②にツナ缶と①のフジッリマカロニを加え、塩・こしょうで味付けする。

ちゅうがっこう ねんせい 中学校3年生のみなさんへ

しょうがっこう ちゅうがっこう あ ねんかん きゅうしょく お
小学校、中学校合わせて9年間の給食も終わりとなります。みんなで同じ物食べる
ちゅうしょく せいかつ あ ちゅうしょく
昼食からそれぞれの生活に合わせた昼食にかわります。これからは自分自身で食べるも
のをえらんだり、つくったりする機会が増えていきます。

た 食べることをたいせつ げんき いろいろ
食べることを大切にして、元気で色々なことにチャレンジしていきましょう。



そつ ぎょう
卒業おめでとう！