

# たべものしんぶん

おうちの人といっしょによんでね

令和6(2024年)3月千里丘小学校

3月に入り、今のクラスのお友達と一緒に給食を食べられるのも残りわずかになりましたね。  
一年間楽しく給食時間を過ごしたり、みんなで協力して給食当番をすることが出来ましたか？  
もう一度、振り返ってみましょう!!

## 給食の時間をふりがえろう

できたものには□にチェックを入れて、給食の時間のふりかえりをしましょう。

<input type="checkbox"/> 協力して給食の準備をすることができた 	<input type="checkbox"/> 1人分の量をきれいに盛りつけた 	<input type="checkbox"/> 楽しく会食することができた 
<input type="checkbox"/> バランスのよい食事のとり方がわかった 	<input type="checkbox"/> 地域の地場産物がわかった 	<input type="checkbox"/> 感謝の気持ちを持って食べることができた 

新献立

おいしい!たのしい!  
摂津市給食レシピ!



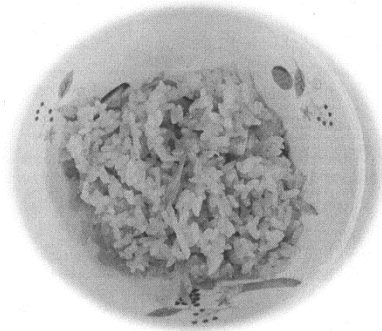
### 五目おこわ



令和6年3月8日の献立(材料は1人分)

〔材料〕

米	30g
もち米	30g
平天	10g
にんじん	7g
ごぼう	8g
米酢	少々
むき枝豆	5g
干しいたけ	1g
薄口醤油	小さじ1/4
濃口醤油	小さじ1/3
酒	少々
塩	少々



〔作り方〕

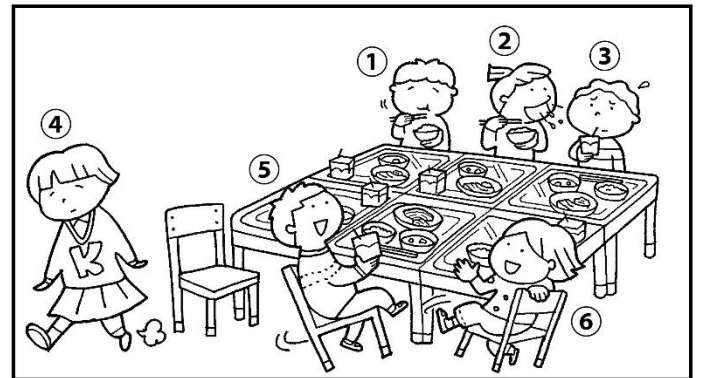
平天…角切り 人参…千切り  
ごぼう…さがぎにし、酢水につけアクを抜く  
干しいたけ…戻して、包丁を入れる  
戻し汁を10ccとっておく

①米・もち米を洗い、調味料と戻し汁、分量の水を加え、  
具材をのせて炊飯する。

### クイズに挑戦

マナー違反は、だ~れだ

下の絵の中にマナー違反をしている人が  
4人います。何番の人でしょう。



答えは栄養士まで  
いいにきてね



裏面もよんでね

# ねんせい そつぎょう ～ 6年生 卒業おめでとう ～



がつ たち ねんせい わか きゅうしよく  
3月1日 6年生お別れ給食

そつぎょう いわ がつ たち きん ねんせい たいしやう わか きゅうしよく とくべつこんだて じっし  
卒業をお祝いして、3月1日(金)に6年生対象のお別れ給食(特別献立)を実施しました。

ふだん ごうか こんだて ちやうりいん あさ おおいそが つく くだ  
普段より豪華な献立なので、調理員さんは朝から大忙しでたくさんのおかずを作っていました。

ねんせい じかんめ ねんせい きやうしつ かざ はいぜん きやうりよく じゅんび  
5年生は、4時間目に6年生の教室の飾りつけや配膳をみんなで協力して準備をしてくれました。

きゅうしよく じかん ちやうりいん きやうしつ き くだ いわ  
給食時には、調理員さんが教室に来て下さり、お祝いのメッセージカードもいただきました。また、

ひ きゅうしよくしつ ようす せんせいがた どうが み たの きゅうしよく じかん す  
その日の給食室の様子や、先生方からのメッセージ動画を見たり、みんなで楽しい給食時間を過ごし

ました。6年生は食べ終わった食器などを、直接給食室まで返しに行き、感謝の気持ちを込めて、「ご

ちそうさまでした」を伝えました。

## こんだて 献立

- ・コーンとベーコンのピラフ
- ・オレンジジュース
- ・ポトフ
- ・ツナサラダ
- ・鶏肉の竜田揚げ
- ・フライドポテト
- ・フルーツポンチ



ねんせい かざ きゅうしよく じゅんび  
5年生が飾りつけ、給食準備を  
がんばってくれました

中学校へ行  
ても楽し  
でね!

ねんせい ねんせい  
5年生から6年生ひとりひとりに  
メッセージがありました



ちやうりいん きやうしつ き くだ  
調理員さんが教室に来て下さり、メッセージカードをいただきました



ちやうりいん かんしゃ  
調理員さんに感謝の  
気持ちを伝えました

がつ にち きん そつぎょう いわ こんだて  
3月15日(金) 卒業お祝い献立

ねんせい そつぎょう いわ せきはん しろ たい わかし せきはん いわ せき た  
6年生の卒業をお祝いして、赤飯、白みそしる、鯛のからあげです。昔から赤飯は、お祝いの席でよく食べられ  
ています。赤飯の赤色は、神様が好む色で邪気を払う力があると信じられています。

たい み た め うつく つう いわ せき どうじやう さかな  
鯛は見た目が美しく、『めでたい』に通じるところから、お祝いの席でよく登場する魚です。

ねんせい ねんせい おも て おも う いわ きも た  
1～5年生は、6年生との思い出を思い浮かべ、お祝いする気持ちで食べましょう。



