

3月給食だより

2026年3月3日
町田市立南第一小学校
校長 安東 深雪
学養士 和田 恵美



給食の前に、手を
きれいに洗え
ましたか？



1年間の振り返りをしよう！



いよいよ3月、今の学年で過ごす日も残りわずかとなりました。
皆さんは、日々の給食からどんなことを学んできたでしょうか？
この1年間の振り返り、できたことをチェックしてみましょう。



よくかんで味わって
食べられましたか？



食卓のあいさつは
心を込めて言え
ましたか？



行事食や郷土料理に
ついて知ることが
できましたか？



自分に必要な量を
考えて食べることが
できましたか？



地域でとれる食べ物を
知ることができましたか？



バランスの良い
食事のとり方が
わかりましたか？



おはしを正しく使う
ことができましたか？



楽しい給食時間をす
ごせましたか？



ご卒業おめでとうございます

健康な心と体は毎日の食事の積み重ねです。今食べている食事は『未来の自分』
をつくるための重要な土台となります。これから先、自分自身で選んで食べる機会が増
えていきますが、迷ったときには、ぜひ給食を思い出してみてください。
皆さんの新生活が健康で充実したものとなるよう願っています。



3月の予定と献立内容

6年生のリクエストメニュー♪

卒業のお祝いとして、6年生に「もう一度食べたい給食のメニュー」のアンケートを
とりました。人気の高かったメニュー1～4位を3月の給食に出します！

6年生のみなさん、残り少ない小学校給食の時間をぜひ楽しんでくださいね♪



- 1位: 揚げパン…50票(その内11票はきなこことさとうの2色揚げパン)
- 2位: ジャンボぎょうざ…42票
- 3位: フルーツポンチ…19票(その内6票は白玉入りフルーツポンチ)
- 4位: 焼きそば…13票

- 5位: オムライス…6票、6位: 春雨サラダ…5票、7位: カレーライス・わかめごはん・みそラーメン…4票、10位: アイス・おかしなおかしな目玉焼き・ガーリックトースト…3票、13位: おにぎり・海鮮サラダ・ガトーショコラ・ソフトめん・ブルーベリーマフィン・ミネストローネ・冷凍みかん…2票、少数派: ポークシチュー・ABCスープ・オニオンスープ・カレーブルストドッグ・キムチチャーハン・クリームグラタン・クレープ・ケーキ・ごまきなこトースト・さばのみそ煮・チキンハンバーガー・チョコケーキ・ハヤシライス・はりはりサラダ・パリパリサラダ・ひよこ豆のから揚げ・ほうとう・マカロニグラタン・1年生の頃のレーズン・魚の西京焼き・大学芋・からあげ・米粉 de ガトーショコラ・みそ汁・野菜・冷凍リンゴパイ…1票

3月3日(火) 行事食：ひな祭り

ひな祭りのおはなし

毎年3月3日は、女の子の健やかな成長と

幸せを願い、お祝いをする「ひな祭り」です。ひな人形や桃の花を飾り、さまざまな願いを込めた料理やお菓子をいただきます。季節の節目となる五節句(五節供)の一つ「上巳の節句」でもあり、季節の花にちなんで「桃の節句」とも呼ばれます。



ひな祭りの始まりは、平安時代までさかのぼります。古代中国から伝わった「上巳節」という厄払いの風習と、貴族の女の子たちの間で流行した人形遊びが結びつき、人形に災いを移して川に流す「流しびな」の風習が生まれました。その後、豪華なひな人形を飾るようになり、江戸時代には一般の人びとの間へも広がっていき、現代のようなひな祭りが行われるようになりました。

ひな祭りの食べ物

ひしもち



みどりしろもも 緑・白・桃(ピンク)の3色を重ねた、菱形のもち。雪のしたしんめめぶもはな下から新芽が芽吹き、桃の花がさきはるようすひょうげん咲く春の様子を表現しているときれませんが、色や形、重ね方など、地域によって違いがあります。

ひなあられ



もとはひしもちを砕いて作られていました。関東地方では米粉つぶがたまがしかんさいち粒形の甘いポン菓子、関西地方では直径1cmほどの丸形のあられが親しまれています。



はまぐりのうしお汁



はまぐりは、対になった貝殻でないと形がびったり合わないことから、夫婦円満の象徴とされています。良い縁に恵まれて、幸せになれるようにという願いが込められています。



ももはなさけひた 桃の花びらを酒に浸したとうかしゆのふうしゅう「桃花酒」を飲む風習がありました。江戸時代に「白ざけうだ酒」が売り出されると、たちまち人気を集めて定着しました。子ども向けには、米こうじつくあまざけもち麴から作る甘酒などが用いられます。

3日の給食には桃の節句にちなんで「桃色」の『黒米ちらし寿司』を出します。黒米と一緒に炊いたご飯に、寿司酢をまぜると…あら不思議！お酢のパワーでほんのり桃色のちらし寿司に変身！というわけです♪

3月11日(水) 東北応援献立 福島県の郷土料理

東日本大震災から15年。東北地方のさらなる復興を応援しよう！という意味を込めて、東北地方、福島県の郷土料理を出します。『ひきないり』の「ひきな」は福島の方言で「干切りにした大根」のこと。給食では切り干し大根を使います。

『こづゆ』はお正月やおめでたい時に食べられるごちそうです。干したホタテの貝柱でだしをとり、豆麩や干し椎茸、乾燥のきくらげなどたくさんの具が入る贅沢な料理です。他にも東北地方には美味しい料理・食べ物がたくさんあります。ぜひ調べてみてください♪



3月19日(木) 卒業・進級お祝い献立

6年生の卒業と1~5年生の進級を祝って『赤飯』を出します。

「ささげ」や「小豆」などの豆を煮た汁で、米ともち米にほんのり赤い色をつけます。赤い色には災いを避け、邪気を払う力があると昔から信じられていて、お祝い事には欠かせない料理です。



給食食材の産地 (2026年2月2日~27日)

品目	産地(都道府県名)	品名	産地(都道府県名)	品名	産地(都道府県名)	品名	産地(都道府県名)	品名	産地(都道府県名)
玉ねぎ	北海道	チンゲンサイ	町田	たけのこ水煮	国内産	かつお厚削り	高知	いか	ペルー
大根・かぶ	町田	にんじん	埼玉・千葉	春菊	埼玉	干し椎茸	九州	豚肉	神奈川・群馬
きゅうり	高知	にんじん	長崎・町田	グリーンピース(冷)	北海道	昆布	北海道	たまご	栃木
キャベツ	愛知・町田	白菜	町田・東京	ホールコーン(冷)	北海道	金時豆	北海道	鶏肉	岩手
小松菜	埼玉・町田	ねぎ	東京・町田	さつまいも	千葉	ちりめんじゃこ	瀬戸内	きびなご	鹿児島
もやし	栃木	えのき・しめじ	長野	セロリ	静岡	ほうれん草	町田	さば	ノルウェー
にんにく	青森	柑橘	愛媛・熊本	じゃがいも	鹿児島・北海道・長崎	いわし	千葉	米	富山・青森
しょうが	九州	りんご	青森	さやいんげん	長崎	銀鮭	チリ		岩手・山形
エリンギ	長野	ピーツ	熊本	さといも	埼玉	えび	インド・パキスタン		秋田・北海道