



令和7年3月
墨田区立第三吾嬬小学校
校長 川中子 登志雄

いよいよ3月です。3月は学年のまとめ、そして新しい学年、新しい学校への旅立ちの準備の月です。どの学年も、4月には新しい扉をドキドキワクワクしながら開くことでしょう。そのためにも、3月は元気に、そして心残りなく過ごせるといいですね。

ねんせい そつぎょう 6年生がもうすぐ卒業です！

6年生は後もう少しで卒業ですね。第三吾嬬小学校で給食を食べる回数も残り少なくなってきました。今回は6年生に給食リクエストアンケートを答えてもらいました。ランキングは次のようになりました！

- | | | | |
|---|---------|---|----------|
| 1 | きなこ揚げパン | 4 | カレーライス |
| 2 | フルーツポンチ | 5 | パリパリサラダ |
| 3 | ハニーサラダ | 5 | くじらの竜田揚げ |
| | | 7 | たこぺったん |

ハニーサラダは、全校のリクエスト給食でも大人気でしたね。3月の給食では、6年生からのリクエストがあった献立をなるべく多く取り入れて献立を立てました。和食の献立もたくさんリクエストがありました。

また、好きな給食・苦手な給食などのエピソードも、募集しました。その一部をご紹介します。

疲れた体育の後の給食が好きでした。好きな給食が出るとテンションが上がりました。

ししゃもが苦手です・・・わかめが苦手です・・・という人も。

きなこ揚げパンを手を汚さずに食べるのに必死でした。

学校のサラダが1年生の頃から好きで、このサラダ作って！
ドレッシングおいしかった！などと家でよく話をしました。

低学年の頃は給食を完食できないことが多かったけど、毎日おいしい給食を出してくださっているので、高学年になり完食できるようになりました。

6年生はいつも、たくさん食べてくれましたね！おいしく食べてくれてありがとうございます。

健康な体づくりにはこの3つが欠かせません！



健康に過ごすための
三段とびだよ！

食べたものが自分の元気な体をつくり、いきいき活動する力のもとになります。野菜や魚など食べられるものの幅を給食でどんどん広げて、まんべんなく栄養をとりましょう！

日中、体をよく動かすと、ごはんをさらにおいしく食べられ、夜もぐっすり眠れます。

夜ふかしせずに、ぐっすり眠ることができると、体がリフレッシュされます。朝ごはんがおいしく食べられ、元気に運動もできます。

作ってみませんか

給食レシピ紹介「オニオンドレッシング」

材料	給食8人分	切り方	作り方
油	大さじ1と1/2	ミキサー	①油からみりんまでの調味料を、ミキサーにかける。 ②鍋に移して、加熱する。 ③冷めたら酢を加えて混ぜる。 給食では、キャベツやにんじん、じゃがいもをゆでたものに、このドレッシングをかけています。お好きなお野菜と一緒に食べてみてください！
うすくちしょうゆ	大さじ1と1/2		
たまねぎ	45g (中サイズ1/4個)		
にんじん	18g (中サイズ1cm分)		
砂糖	大さじ1		
みりん	大さじ1/2		
酢	大さじ1強		

人気のドレッシングで、残しも、ほぼありません！



1年間ありがとうございました

3月21日(金)で今年度の給食が終了します。1年間、本校の学校給食、食育の取組に深いご理解とご協力いただきましてありがとうございました。来年度も、どうぞよろしくお願いいたします。



保護者の皆様へ

- お子さんが給食当番の時は、週末の洗濯、また、ボタンが取れかかっていたらボタン付けなどをよろしくお願いいたします。給食当番はマスクも忘れずに持ってきてください。
- 給食の食材や献立は変更する場合がありますので、ご了承ください。