

給食センターからこんにちは

令和8年

3月

5日

(木)

3月の給食目標

小学校：給食の反省をしよう

中学校：食生活の反省をしよう



きょうの給食は…

ごはん、牛乳、根気がつくみそ汁、
手作りソースひれかつ、福福あえ

今日は「応援献立」です。

いよいよ来週は、後期選抜ですね。中学校3年生のみなさんは緊張している

ことと思います。体調を整えて、本番に向けてがんばってください。

さて、今日は進学、進級するみなさんにもがんばってほしいという願いを込めた

「応援献立」です。これからの挑戦に打ち勝つように「ひれかつ」、根菜類の野菜を

たくさん使って作った「根気がつくみそ汁」は、最後まで根気強くやり抜く力が湧くよう

に、さらに「福福あえ」は、ちくわで見通しがいよ、福神漬けで福が来るそんな献立

です。今日の給食を食べて、みなさんががんばってくださいね。

《クイズ》脳のエネルギー源になるのはどれでしょうか？

① ごはん、パン ② 肉、魚 ③ 野菜、くだもの

《答え》① ごはん、パンです。ごはんやパンなどの炭水化物を分解した「糖質」

だけが脳のエネルギー源になります。ごはんやパンなどの主食も残さず食べましょう。



