



3月給食たより



寒い日が続きますが、日に日に春らしさを感じる陽気になってきました。早いもので、今の学年で過ごす日も残りわずかです。この1年間の給食時間を振り返ってみると、準備や後片付けがスムーズにできるようになったり、苦手だった物が食べられるようになったり、時間内に食べ終われるようになったりと、一人ひとりが大きく成長した様子がうかがえます。日ごろの食生活についても、各自で振り返ってみましょう。



日ごろの食生活を振り返ろう!



食事の前に、手をきれいに洗っていますか?

朝ごはんを毎日欠かさず食べていますか?

よくかんで、味わって食べていますか?

おやつは決まった時間に、量を決めて食べていますか?

苦手な食べ物にも挑戦していますか?

毎日の食事を楽しんでいますか?

卒業生の皆さんへ

ご卒業おめでとうございます。心も体も成長途中の皆さんにとって、食事から栄養をしっかり摂ること、食事を楽しむことが何より大切です。給食を通して学んだことを思い出しながら、毎日の食生活をよりよいものにしてほしいと願っています。



ご卒業おめでとうございます。

ひな祭り 行事食



ひな祭りは、女の子の成長と幸せを願う行事で、五節句(五節供)の一つ「上巳の節句」が起源です。季節の花にちなんで「桃の節句」ともいいます。桃の花やひな人形を飾り、さまざまな願いを込めた料理やお菓子を食べて厄を払います。



ちらしずし



ハマグリのおしるし



ひしもち



しろざけ 白酒



ひなあられ



令和5年 3月予定献立表

都立江戸川高等学校 定時制課程

給食時間 行事	日	曜	主食	主菜	副菜・汁物・デザート	変更 締切	
5:30~5:55 学年末考査	1	水	キムチチャーハン		春雨サラダ・干しエビのスープ・杏仁豆腐	2/17 (金)	
5:30~5:55 学年末考査	2	木	ごはん	メンチカツ	おかか和え・みそ汁・くだもの		
5:30~5:55 卒業式予行	3	金	ちらし寿司		じゃがバター煮・大根のゆず和え・すまし汁・いちごミルクゼリー (ひな祭り献立)		
	6	月	***振替休日***				
5:30~5:55 学年末考査	7	火	ごはん	さばのねぎみそ焼き	ごぼうとれんこんのサラダ・けんちん汁・ドーナツ	2/24 (金)	
5:30~5:55 学年末考査	8	水	親子丼		青菜のごま和え・みそ汁・くだもの		
5:30~5:55 臨時時間割	9	木	ごはん	とり天 (大分)	のり和え・さつま汁風みそ汁 (鹿児島) かんらざし (長崎)		
5:30~5:55 臨時時間割	10	金	ごはん	★ピーマンの肉詰め	コーンサラダ・ポトフ風スープ・くだもの		
5:30~5:55 臨時時間割	13	月	ソース焼きそば		野菜の香味和え・キムチスープ・チーズ蒸しパン	3/3 (金)	
5:30~5:55 臨時時間割	14	火	ごはん	みそカツ	白菜のじゃこ和え・野菜椀・くだもの		
5:30~5:55 臨時時間割	15	水	ごはん	さわらの幽庵焼き	わかめのサラダ・みそ汁・明日葉スノーボール		
5:30~5:55 臨時時間割	16	木	ナン	★バターチキンカレー	ナッツサラダ・きのこスープ・ヨーグルトムース		
5:30~5:55 キャリアガイダンス	17	金	マーボー丼		中華サラダ・かきたまスープ・くだもの		
5:30~5:55 球技大会	20	月	三色丼		酢の物・みそ汁・みたらし団子	3/10 (金)	
	21	火	***春分の日***				
5:30~5:55 学年集会	22	水	オムハヤシ		シーザーサラダ・オニオンスープ・くだもの		
5:30~5:55 生活安全教室	23	木	ごはん	肉豆腐	和風サラダ・みそ汁・豆乳きなこプリン		
5:30~5:55 修了式	24	金	シーフードカレー		ポテトサラダ・たまごスープ・くもだの		

※牛乳は毎日つきます。

※都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。

★はリクエストメニューです。

<3月分の給食予約> 3月分の給食は2月 17 日(金)までに予約しましょう。