

3月給食だより

令和6年度3月
大田区立馬込中学校

日に日に春の訪れを感じられるような季節になってきました。
今年度も残り1か月となり、3年生にとっては、次のステージに向かって羽ばたく準備をするときですね心も体も元気よく4月を迎えられるよう春休みも規則正しい食生活をしましょう！



新年度に向けて準備をする機会に



新年度が始まると、環境が変わり、心と体に負担がかかりやすくなります。春休み期間中も早寝・早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて体調を整えておきましょう。

春の行事と行事食

3月3日

◆ひなまつり◆

ちらし寿司 ひしもち

3月20日ごろ

◆春分の日(春のお彼岸)◆

ぼたもち

桜開花のころ

◆お花見◆

花見団子 行楽弁当

ぞつ きょう いわ
卒業お祝い
こん だて
献立

牛乳

◆リクエスト給食◆

3月はリクエスト給食を実施します。たくさんのリクエストありがとうございます、みなさんの好きなものをギュッと詰め込みました。お楽しみに♪

<集計結果>

1年生

きな粉揚げパン
から揚げ
ポトフ
ワンタンスープ
冷凍みかん
ドーナツ

2年生

ジャージャー麺
揚げギョウザ
から揚げ
パリパリサラダ
杏仁豆腐

3年生

ジャージャー麺
から揚げ
パリパリサラダ
杏仁豆腐

4組

カレーライス
から揚げ
パリパリサラダ
みかん

今月は給食専門委員会から『馬込中学校全校生徒におすすめのメニュー』を提案していただきました。献立表には記載していませんが、メニューのネーミング、材料、このメニューにした理由もあります。配膳室横のボードに掲示したいと思います。おいしそうなメニューがたくさんありますよ。

- 4日 成長期最強！鶏胸豆腐ハンバーグ ○○さんも推薦のみかんソーダゼリー
- 5日 チーズ増量満足グラタン
- 12日 同じクラスの○○くんおすすめ！油そば
- 17日 成長期のあなたに送る豚キムチスタミナうどん
先生もおすすめのたこぺったん
- 21日 林飯（ハヤシライス）

1年間ありがとうございました！

今月は、卒業や進級を控えた皆さんへ、応援やお祝いの気持ちを込めた給食を提供しますので、楽しみにしてください。

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。

