

給食だより 3月号

令和8年 3月 4日 神流町学校給食共同調理場
※おうちの人と一緒に読みましょう。

今月の給食目標 「食生活の反省をしよう」

この1年間、給食だよりで月ごとのテーマに沿っていろいろなことをお伝えしてきました。健康を守り、すこやかに成長するためには、1人ひとりが食生活を見直し、日々実践することが大切です。この1年間の振り返りかえって、今までに学んだことをこれからの生活に生かしていきましょう。

1年間の総まとめ 食生活を振り返りましょう

1年間の食生活を振り返りかえって、できたことに○をつけてみましょう。



朝ごはんを毎日食べた

好ききらいをしないで食べた

間食(おやつ)は時間と量を決めてとった

よくかんで食べた

食事の前にしっかり手洗いをした

食事のマナーを守って食べた

できたことはこれからも続けて、できなかったことは「**なぜできなかったのか**」を考えて、少しずつ改善していきましょう。

例えば…

●毎日朝ごはんを食べられなかった

↓ **なぜ?**

朝ねぼうして時間がなかったから

↓

早く起きるために早寝をしよう!

●よくかんで食べられなかった

↓ **なぜ?**

やわらかい食べものが多いから

↓

かみごたえのあるものを取り入れよう!

【世界の料理クイズ】

今年度も、給食で世界の料理を毎月1回ずつ「世界の料理シリーズ」として紹介しました。その中からクイズです。それぞれの名前をみて、どんな料理でどこの国の料理か線で結んでみましょう。

[料理の名前]

トックスープ

ゲルシュテンズッパ

ナシゴレン

メルジメッキチョルバス

ミルファンティ

[どんな料理だったかな?]

甘辛い味の炒めごはん

薄切りのおもちが入ったスープ

大麦の入ったスープ

ふわふわの卵が入ったチーズ風味のスープ

レンズ豆の入ったスープ

[どこの国かな?]

インドネシア

スイス

イタリア

トルコ

韓国

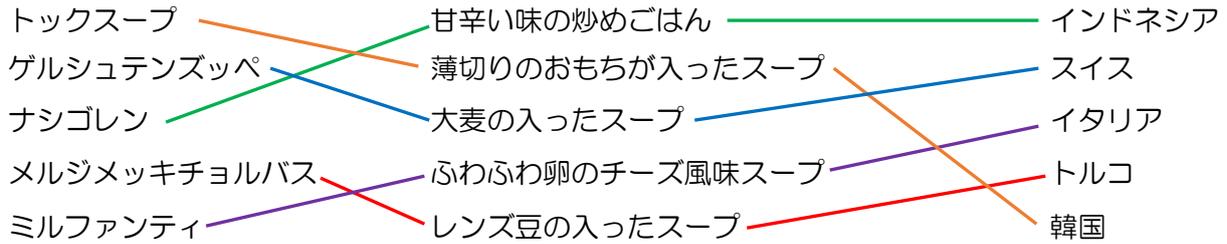
こたえは、裏面に載せてあります。 ⇒⇒⇒

【世界の料理クイズのこたえ】

[料理の名前]

[どんな料理だったかな?]

[どこの国かな?]



今年度の世界の料理シリーズを振り返って…

令和7年度 世界の料理シリーズ

どの国の料理が良かったですか？

4月 イタリア

- コッパパン
- チョコクリーム
- 牛乳
- ラザニア
- ブロッコリーサラダ
- ミルファンティ

投票結果: 赤1, 白1, 青1, 黄1

④

5月 韓国

- ごはん
- 牛乳
- ヤンニョムチキン
- ナムル
- トックスープ

投票結果: 赤2, 白1, 青1, 緑1, 黄1

⑥

6月 アメリカ

- チーズバーガー
- 牛乳
- チョップドサラダ
- チキンヌードル
- スープ

投票結果: 赤2, 緑2

④

7月 インドネシア

- ナシゴレン (めだまやき付き)
- 牛乳
- ソトアヤム
- バナナ

投票結果: 白1, 青1, 緑2

④

9月 インド

- ナン
- 牛乳
- キーマカレー
- アーモンドサラダ
- ヨーグルト

投票結果: 赤12, 白2, 青2, 緑2, 黄1

②②

10月 中国

- ジャージャーめん
- 牛乳
- ぎゅうりとちよしのちゅうかあえ
- ライチゼリー

投票結果: 白3, 青1, 緑1

⑥

11月 日本

- ごはん
- いわしのかばやしき
- のりすあえ
- さつまじる

投票結果: 赤1, 白1, 緑1

③

★一番おいしかったな、好きだなと思う国にシールをはってください。



●小学生 ●中学生
○小学校職員 ●中学校職員
●保育所(職員含む)

12月 カナダ

- コッパパン
- 牛乳
- ブルーベリージャム
- サーモンの音響パンこやしき
- メーブルドレッシングサラダ
- ピースープ

投票結果: 青1

①

1月 スイス

- ココアパン
- 牛乳
- チキンとやさいのチーズやき
- ロスティふうポテト
- ゲルシュテンスuppe

投票結果: 赤1, 青2

③

2月 トルコ

- ピラウ
- 牛乳
- ケバブふうハンバーグ
- メルジメッキチョルバス
- シューアイス

投票結果: 赤1, 白3, 青2, 緑1, 黄1

⑩

●は小学生、●は中学生、○は小学校職員、●は中学校職員、●保育所のみなさんです。
結果は…第1位 インド (22票)、第2位 トルコ (10票)、第3位 韓国・中国 (6票) でした。
票の数に差はありますが、どの国にもそれぞれの魅力がありましたね。
人気が高かった国の料理については、また給食に登場する予定なので、お楽しみに！

この1年間だけでは、紹介しきれませんでした。世界にはいろいろな食文化があることがわかりましたね。どれも、その土地の風土や気候によって培われたすばらしい食文化です。
そして、日本の「和食」も世界から注目されるすばらしい食文化です。
私たちも和食の良さを見直し、受け継いでいきたいですね。

和食ってすばらしい！

