



給食だより

令和7年3月

草津市学校給食センター

電話 077-563-4380

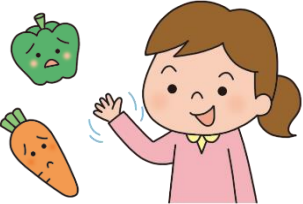
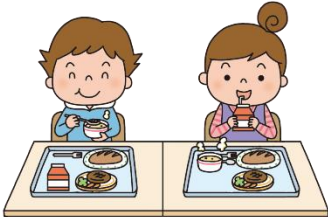
草津市第二学校給食センター

電話 077-568-5115

1年間の食生活を振り返りましょう！

いよいよ今年度もあと1か月になりました。3月は1年間のまとめの時期です。

給食を通して食に関心を持ったり、苦手な食べ物が食べられるようになったりしたことを思います。これからも心身ともに健康に過ごせるように、この1年間の食生活を振り返ってみましょう。

☆食事の前に、手をきれいに洗う習慣が身についた。 	☆朝ごはんを毎日食べている。 	☆よくかんで味わって食べている。 
☆おやつは、決まった時間に量を決めて食べている。 	☆苦手な食べ物にも挑戦している。 	☆毎日の食事を楽しんでいる。 

上巳の節句



上巳（じょうし）の節句は五節句の一つで、桃の節句ともいいます。中国から伝わった上巳の行事と、日本の公家の間で行われていた人形遊びが合わさったものと言われています。

給食では、3月3日に上巳の節句献立があります。ひなあられや、旬の菜の花を使った和え物を予定しています。

朝ごはんを食べましょう！



朝ごはんは1日の始まりです。

朝ごはんを食べると、眠っている間に下がっていた体温が上がり、体は目覚めます。体が目覚めると、勉強や運動をするための元気がわいてきます。早寝、早起きの習慣を身につけ、朝ごはんをしっかり食べて元気に過ごしましょう。

草津市70周年記念献立

市内中学生が考えた献立から1品の料理が登場します。
3月4日は、玉川中学校3年生の「水菜の和え物」です。