



食育だより

令和8年3月号
岐阜市立木田小学校

1年間の食生活を振り返りましょう

今年度も残りわずかとなりました。3月は1年間の締めくくりの月です。今年度の食生活を振り返り、新年度に向けて目標を立てられるとよいですね。

◀ 1年間の振り返り項目 ▶

学校給食や家庭での食生活はどうでしたか？

食事の重要性

朝ごはんの大切さを考え
毎日朝ごはんを食べることが
できた

心身の健康

好き嫌いなく、自分に必
要な量を食べることができ
た

食品を選択する能力

準備や後片付けは、衛生
や安全に気を付け、協力し
て行うことができた

感謝の心

食べ物を大切にし、感謝
の気持ちをもって食べるこ
とができた

社会性

はし使いや姿勢などのマ
ナーを守り、楽しく食事を
することができた

食文化

地域の地場産物や、郷土
料理、季節ごとの行事食を
知ることができた



岐阜の味を紹介 いちご

岐阜県のいちごは、「美濃娘」を中
心に、「はな華かがり」、「のうひめ濃姫」の順に多く栽培されています。

「美濃娘」は、甘みと酸味のバランス
がよく、色・つやなどの見た目がきれ
いです。「華かがり」は、果汁が多く
糖度も高く、大粒ないちごです。「濃
姫」は香りが強く中心まで赤いのが特
徴です。岐阜市の学校給食では、岐阜
市産のいちごを原料とした「いちごジ
ャム」を取り入れています。

作ってみませんか 岐阜市の学校給食メニュー

「ミートソース」



手作りのルウと、じ
っくり炒めた玉ねぎの
甘みが味わえる、人気
のソースです。

作り方は
こちらから



QRコードは株式会社デンソー
ウェブの登録商標です。

<https://www.city.gifu.lg.jp/kosodate/gakkou/1003862/1003875.html>

今月の献立テーマ：春の訪れを感じる献立

3月は、寒さも和らぎ始め、日ごとに春の訪れを感じられる季節です。給食では、旬の食材を使った料理、桃の節句や卒業お祝いなどの行事食を取り入れました。

また、料理や食材からも春を感じるできるように工夫をしています。