



給食だより

2026年

3月



豊川市教育委員会学校給食課

ひなまつり

3月3日のひな祭りは、女の子の健やかな成長を願って
お祝いする日本の伝統行事です。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。ひな人形には、生まれた
子どもがすこやかで優しい女性に育つようにとの親の
願いが込められています。

給食にはひなあられが登場します。



はまぐりの潮汁



ひしもち



実施日：学校給食センター 3日(火)
南部学校給食センター 2日(月)

おから

おからは、大豆から豆乳を作るときに出るしぼりかすからできています。昔
は、その多くは捨てられていましたが、現在は様々な料理やお菓子に活用され
ています。「卵の花」「きらず」とも呼ばれます。

おからには、「たんぱく質」や「食物せんい」がたくさんふくまれており、筋
肉をつくる働きや、おなかの調子をよくする働きがあります。

おからを食べると、食品ロス削減にもつながります。



大豆

ゆでる・しぼる

豆乳

おから



給食には、おから入りしゅうまいが登場します。

実施日：学校給食センター 11日(水) 南部学校給食センター 13日(金)

関連教科：小学6年家庭「持続可能な社会を生きる」