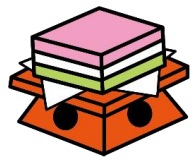
3月給食だより



1年間の給食を振り返りましょう！

「新しい生活様式」バージョン

この１年間の給食時間を振り返り，よくできたことに○を,時々できたことに△を,できなかったことに×をつけましょう。

最後のチェックについては，（　　）の部分は下の□に自由に書いてみましょう。

季節のおたより

３月３日は，ひな祭りです。女の子の健やかな成長と幸せを願う行事で，「桃の節句」や「上巳の節句」ともいいます。

平安時代のころ，紙で作った人形に心身のけがれを移して川や海に流し，厄を払う風習がありました。今でも，「流しびな」として，この風習が受け継がれている地域もありますが，これに、貴族の女の子の人形遊びが結び付いて，現在のようなひな祭りに変わっていったとされています。

ちらしずし

ひな祭りに食べられるようになったのは，最近のことです。おせち料理と同じようにエビやれんこんなど，縁起の良い食べ物が使われます。

ひなあられ

関東地方では米粒形のポン菓子，関西地方では丸形のあられと，味や形が異なります。春夏秋冬を表す「桃・緑・黄・白」の４つの色が付けられているのが特徴です。

はまぐりのお吸い物

はまぐりは，対になっている貝殻でないと形がぴったり合わないため「将来，良い相手と出会って幸せになれますように」という願いを込めて使われます。

ひしもち

厄を払うとされる「よもぎ」入りの草もちをひし形にしたのが始まりとされています。春の景色を表す「桃・白・緑」の３色が使われることが多いですが，地域によって色や形はさまざまです。

ご卒業おめでとうございます

友達や先生方との別れは寂しいけれど，夢と希望に満ちた新しい道への第一歩です。これから先も食べることは一生続きます。そして，私たちの体は食べたものでつくられていきます。給食を通し，栄養バランスをはじめ，地域の食文化，人を思いやる気持ちなど，さまざまなことを感じ，学んでくれていたらうれしいです。

世界の料理の日 スペイン　３月１６日（火）

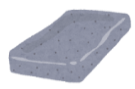
「　トルティージャ　」（スペイン風オムレツ）

今月の世界の料理はスペインです。今回はスペインの家庭料理でよく作られる料理である「トルティージャ」を献立に取り入れました。トルティージャは，スペイン風のオムレツです。卵にじゃがいもを入れて作るのが定番ですが，具は家庭によってさまざまで，野菜やじゃがいも，ベーコンを入れて作るようです。一般的なオムレツのような形にまとめず，フライパンの丸い形のまま焼き上げます。丸いオムレツをケーキのように三角に切ってそのまま食べたり，パンにはさんでサンドイッチのようにして食べることもあるそうです。

給食でも三角にカットしたものを提供する予定です。ぜひ味わって食べてみましょう。

郷土料理の日　群馬県　３月１２日（金）

「　すいとんじる　」「こんにゃく」



今月は群馬県の郷土料理の「すいとんじる」です。

群馬県は，小麦粉の生産地として有名な地域で，うどんやまんじゅう，すいとんがたくさん食べられてきました。

今回はすいとんじるを取り入れました。たっぷりの野菜とすいとんを煮込んだ料理で，寒い時期には体が温まる料理として親しまれているそうです。

群馬県では，全国に誇る特産品である「こんにゃく」を使用した料理も有名です。こんにゃくの生産量が多いことから，こんにゃくを使った料理も豊富にあるそうです。今回はきんぴらにこんにゃくを使用します。こんにゃくの風味を味わっていただきましょう。