3月 給食だより

ひな祭りの行事食

ひな祭りは，女の子の成長と幸せを願う行事で，五節句（五節供）の一つ「上巳の節句」が起源です。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。

日ごろの食生活を振り返ろう！

寒い日が続きますが，日に日に春らしさを感じる陽気になってきました。早いもので，今の学年で過ごす日も残りわずかです。この１年間の給食時間を振り返ってみると，準備や後片付けがスムーズにできるようになったり，苦手だった物が食べられるようになったり，時間内に食べ終われるようになったりと，一人ひとりが大きく成長した様子がうかがえます。

日ごろの食生活についても，各自で振り返ってみましょう。

春の山菜クイズ 正しいのはどっち？

春に野山でとれる山菜についてのクイズです。AとB、どちらが正しいのか考えて、正しい方を○で囲みましょう。

Q1 草もちに使われるのはどっち？

A
せり

B
よもぎ

Q2 つぼみを食べる「ふきのとう」、成長した姿はどっち？

A

B

Q3 漢字で「独活」、何と読む？

A
つくし

B
うど

Q4 若い芽を食べる「わらび」はどっち？

A

B

Q5 「春の皿には○○を盛れ」ということわざ、○○に入る言葉は？

A
苦味

B
酸味

Q1…B よもぎをゆでてつぶして作る。せりはおひたしや鍋に入れるとおいしい。
Q2…A Bはシダ植物のクサソテツで、若い芽の時は「こごみ」という山菜。
Q3…B つくしは「土筆」と書く。
Q4…B どちらも若い芽を食べる山菜で、Aは「ぜんまい」。
Q5…A 春の山菜は苦い物が多いけれど栄養が豊富なので、積極的に料理に使おうという意味。

季節のおたより

卒業生の皆さんへ

卒業生の皆さん，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。皆さんのすこやかな成長を心よりお祈りしています。また，給食をとおして，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と思います。

保護者の皆さま，今年度も給食運営へのご理解とご協力をありがとうございました。

引き続き安心・安全な給食を提供できるよう，職員一丸となって努めてまいりますので，よろしくお願いいたします。

世界の料理の日　アメリカ　３月７日（火）

「 ポークビーンズ 」

ポークビーンズは，豚肉と豆を主な材料としたトマト味の煮込み料理で，アメリカの代表的な家庭料理のひとつです。

この料理のルーツは諸説ありますが，19世紀半ば頃にはアメリカの食事として定着したそうです。

豆の種類を変えたり，豚肉のかわりにベーコンを入れたり，スパイスで味を変えるなど，各家庭にレシピがあるアメリカの「お袋の味」といえるメニューです。

郷土料理の日　静岡県　３月６日（月）

「 おざく 」

おざくは，里芋，大根，にんじんなどの野菜をだし汁と醤油，砂糖で煮た静岡県の郷土料理です。結婚式やお葬式，お祭りなどの人が集まるときに，隣近所がそれぞれの畑で収穫した野菜を持ち寄って，ざくざく切って作るので「おざく」と呼ばれるようになったといわれています。

根菜類をたっぷりと使っているので，野菜の味が全体にしみこみおいしくなっています。