

# 3月 給食だより

## 給食から、どんなことを学びましたか？

卒業や進級など節目を迎える時期となりました。給食は、「心と体の栄養になるように」「おいしく安心して食べられるように」など、たくさんの思いを込めて作っています。皆さんは、給食を食べながら、どんなことを感じ、学んだでしょうか？

今年度の給食もあと少しで終わりです。この1年を振り返るとともに、残りの日々も給食をしっかり食べて、元気に学校生活を送ってほしいと思います。



## 3/3 ひな祭り

3月3日は「ひな祭り」。女の子の健やかな成長を願ってお祝いをする日本の伝統行事です。現在のよう、ひな人形を飾るようになったのは江戸時代のこと、もとは人形を身代わりにして邪気をはらう「流しびな」が起源とされます。行事食として、ちらしずし、はまぐりのお吸い物、ひしもち、ひなあられなど、華やかな食べ物が並びます。



## 給食時間を振り返ろう

## 「食育」チェックシート

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見えます。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。

<b>給食の前に手をきれいに洗えた</b> 	<b>給食当番の身支度をきちんとできた</b> 	<b>食事のあいさつを心を込めて言えた</b> 
<b>食器を正しく並べることができた</b> 	<b>お箸を正しく持ち、上手に使うことができた</b> 	<b>よくかんで味わって食べることができた</b> 
<b>地域の産物や食文化を知ることができた</b> 	<b>日本の伝統行事と行事食について知ることができた</b> 	<b>バランスのよい食事の組み合わせがわかった</b> 

## 季節のおたより

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、給食をととして、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 中国 3月11日 (月)



#### 「春巻き」

春巻きは中華料理では点心のひとつで、中華料理の軽食にあたります。焼売やぎょうざも点心になるそうです。

立春の頃に新芽が出た野菜を具材にして作られたところから、「春巻き」という名が付けられたそうです。

油で揚げたものや、蒸したものだけでなく、皮の種類が違う生春巻きなどがあり、中国の華北、華中といった地域では、小豆の餡やナツメの餡を包んだ、甘い春巻きもあるそうです。



### 郷土料理の日 香川県 3月14日 (木)

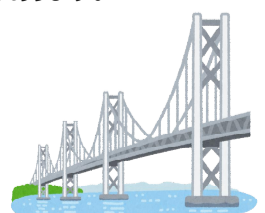


#### 「しっぽうどん」



しっぽうどんは、大根や人参など、季節の野菜を煮干しの出汁と一度に煮込み、ゆでたうどんの上から具材ごと汁をかけて作ります。各家庭でカツオや昆布の出汁にしたり、里芋やしいたけなど好みの具材を加えたり、鶏肉や豚肉を入れるなどさまざまなものがあります。

秋から冬にかけて、冬野菜が出回る時期に、家庭では寒い冬の食事として、また、来客時のもてなしの食事や、年末に年越しそばの代わりに食べることもあるそうです。



瀬戸大橋