

給食だより

津市立南が丘小学校
きゅうしょくだより3月号

今年度も残りわずかとなりました。3月は1年の締めくくりの月です。今年度の給食は、楽しく、おいしく、マナーを守って食べることができましたか。1年をふり返って、これからに生かしましょう。



1年間の食生活を振り返ってみよう

食事の前にはせっけんで手洗いをしましたか？



「はい」だったものはこれからも続けていきましょう。
「いいえ」だったことは来年度できるようにがんばりましょう。

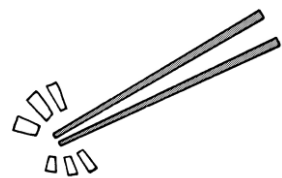
食事のあいさつができましたか？



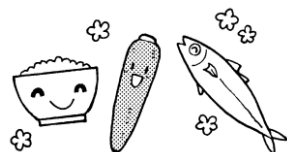
給食当番の時、きちんと配膳ができましたか？



はしを正しく使えましたか？



まわりの人と楽しく食事ができましたか？



よくかんで食べましたか？



好き嫌いせずに食べましたか？



3月3日 ひなまつり

ひな祭りの行事食には、ひしもちや草もち、はまぐりのおすいものなどがあります。

草もちには、よもぎが使われています。生命力の強いよもぎの新芽を使うことで、病気を引き起こすもとをはらう力があると考えられていました。給食の三色団子にもよもぎが使われています。よもぎの風味を味わってください。



3月16日 卒業式 赤飯 (給食では小豆ご飯)

赤飯は、祝い事や人生の節目などに食べる特別な料理です。

祝い事で食べるようになった理由には、いろいろな説があります。一つには、古代の米が赤米だったため、伝統を重んじて祝い事には、小豆などで赤く染めたごはんをもちいるという説です。ほかに、日本で赤は、災いをはらう力があると信じられていたという説や使われている小豆に薬効があるからという説などがあり、こうしたことから祝い事には赤飯が出されるようになったようです。

給食では、6年生の卒業をお祝いして、前日の3月15日(木)に小豆を煮た汁で赤い色をつける小豆ごはんを出します。

赤飯



給食室からみなさんへ

この1年間、楽しみながら残さず給食を食べることはできましたか？

給食では、みなさんの成長を考えて栄養バランスのよい献立を考えています。また、旬のものや地域の食材も取り入れています。

給食で学んだことをこれからの食生活にいかしていきましょう。

