

日に日に暖かく春らしい季節になっていきます。3月は学年のまとめ、そして新しい学年、新しい学校への旅立ちの準備の月です。4月からの新しい生活を楽しみにしつつ、3月を元気に、心残りなく過ごせるといいです。

一年の給食をふり返ってみよう!

給食準備について



- トイレや手洗いを済ませてから、席につきましたか?
- 白衣や帽子、マスクなど給食当番の身支度を整えることができましたか?
- 給食当番の人は、上手に配膳できましたか?

- 給食を残さず(自分の食べられる量を)食べられましたか?
- 給食にどんな食べ物が使われているか、学びながら食べられましたか?
- 朝ごはんは毎日食べられましたか?
- 学校や家で、いろいろな食べ物を食べることができましたか?



栄養について

給食時間について



- 楽しい給食時間を過ごせましたか?
- 「いただきます」「ごちそうさま」「ありがとう」などの挨拶はできましたか?
- 食べ終わりの時間を考えながら、食事することはできましたか?

1年間ありがとう
ございました

ひなまつりの行事食

ひしもち

ひし形に切った3色のおもちを重ねたものです。それぞれの色に意味があり、赤は「魔除け」、白は「清浄」、緑は「健康」を表すといわれたり、「桃の花」「雪」「大地」を表すともいわれます。健やかな成長への願いが込められています。



はまぐりの潮汁

はまぐりの貝からは、もともと1つだった同じ貝同士としかぴったりと合わないことから、「貝合わせ」という宮中の遊びにも用いられていました。「よいパートナーと出会って、幸せに暮らせますように」という願いが込められています。



ちらしずし

お祝いにぴったりの華やかな料理です。具材として縁起物(えび、れんこん、まめ、錦糸卵、にんじん)や、旬の食材(菜の花・きぬさや)を使うことも多いです。



ひなあられ

ひなあられの4色(赤・緑・黄・白)は、日本の四季(春・夏・秋・冬)を表しているといわれ、「一年を通して幸せに暮らしてほしい」という願いがあります。

ただ、もともとはひしもちを砕いて作ったので昔は3色だったそうです。



春です!

ほろ苦さが春のおとずれを
体に知らせてくれます。

