

給食だより

毎月19日は いただきますの日

平成31年3月号

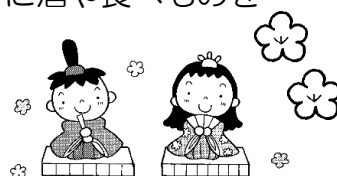
千代田町立学校給食センター

おうちのひととよんでね

もうすぐ桜のつぼみがほころぶ季節になります。ご卒業をむかえるみなさん、おめでとうございます。3月は卒業や進級にむけて、羽ばたく準備をするときです。心も体も元気よく4月をむかえることができるよう、春休みも規則正しい食生活を心がけましょう。

桃の節句

3月3日は桃の節句、ひなまつりです。桃の節句は、平安時代に貴族の間で行われていた人形を使ったひなあそびと、中国から伝わった人形に酒や食べものを供えて、厄災をたくして水に流す行事が結びついたものです。ひな人形をかざる風習は室町時代頃に始まり、一般に広まったのは明治時代以降といわれています。



はまぐり

はまぐりの貝がらは、対になっているものでないといとピッタリと合わないことから、良いパートナーに恵まれて、幸せになれるようにという願いがこめられます。



ちらしずし

いろどりが美しく、華やかな料理です。縁起の良い食べものをふんだんに具に使い、将来の健康と幸福を願います。



ひしもち・ひなあられ

赤は魔よけ、白は清らかさと長生き、緑は健康への願いがこめられています。また、3色で春のおとずれを表すともいわれています。



ちょこっと 食育！ ～お赤飯～

お赤飯は卒業式や入学式のほかに、七五三やお誕生日など人生の節目のお祝いによく食べられます。赤い色は昔から邪気をはらう力があるとされたことから、お祝いの席でふるまわれるようになったそうです。もともとは赤米といって赤いお米を炊いたものでしたが、赤米が手に入りにくくなったため、今ではアズキやササゲを混ぜて作ります。これからも残していきたい日本の食文化のひとつですね。

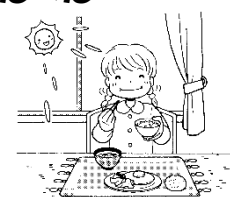


1年間をふりかえろう

☆1年間をふりかえり、チェックをしてみましょう☆

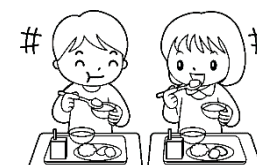
- できた
- △ ときどきできた
- × できなかった

毎日あさごはんをたべた



(○・△・×)

すきらいせず、苦手なものにもチャレンジした



(○・△・×)

上手に配せんや片づけができた



(○・△・×)

よいしせいで、よくかんで食べられた



(○・△・×)

食事のあいさつがきちんとできた



(○・△・×)

はしを正しく持って使えた



(○・△・×)

食べものののはたらきがわかった



(○・△・×)

郷土料理や旬の食べ物がわかった



(○・△・×)

○…2点 △…1点 ×…0点

12点以上…☆合格☆
6～11点…☆もう少し☆
0～5点…☆がんばろう☆

すばらしい！新しい学年でもこの調子でがんばりましょう！
できなかったことは、次の学年でがんばってみよう！
できそうなことからチャレンジして、できることをどんどん増やそう！

