



きゅうしょくだより

令和6年(2024年)3月
第一学校給食共同調理場

※おうちの人といっしょに読みましょう。

日に日に暖かく春らしい季節になってきます。いよいよ今の学年で過ごす最後の月になりました。この1年間を振り返ってみて、給食時間の過ごし方や毎日の食事の仕方などはいかがでしたか。よかったところはそのまま継続し、足りなかったことは気をつけながら今年度最後の給食を楽しく美味しく味わって食べましょう。

3/3 ひな祭り



ひしもち

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。現在のようになんざ飾りになったのは江戸時代のことです。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、華やかな食べ物と並びます。



はまぐりのお吸い物



ちらしずし



ひなあられ



肉ボール チーズクリームソース

～給食のこんだてより～

《作り方》

- ①肉ボールを蒸す。またはオーブンで焼く。
- ②フライパンに油を入れて熱し、玉葱、マッシュルームを炒め、塩、こしょうを入れる。
- ③牛乳、生クリーム、粉チーズを入れて混ぜ、パセリを入れてソースを仕上げる。
- ④①の肉ボールと④のソースを和えてできあがり。

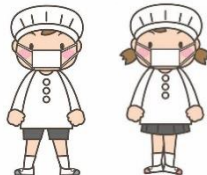
※給食の量を基準にしていますので、家庭で調理する時は調整してください。

材料(5人分)

- 肉ボール(タレなし肉団子)・・・200g
- たまねぎ(うす切り)・・・80g
- パセリ(みじん切り)・・・少々
- マッシュルーム(うす切り)・・・10g
- 生クリーム・・・15g
- 牛乳・・・20g
- 粉チーズ・・・5g
- 塩・・・1g
- こしょう・・・少々
- オリーブ油・・・適量
- 水・・・10cc

新年度の給食は4月10日(水)からです。

給食エプロンやぼうしが破れたりゴムがゆるんだりしていませんか？
新年度が始まるまでに準備を整えておきましょう。



「食育」チェックシート

この1年の給食時間を振り返り、できたことに○を付けましょう。

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

ご卒業おめでとうございます

「食べる」というのは、動物や植物など、いろいろな生き物の命をいただくことです。その命をつないで、私たちは「生きる」ことができます。また、多くの人の支えがあって「食べる」ことができています。これからも感謝の気持ちを忘れずに、「食べる」ことを大切にしてください。