

3月 給食だより



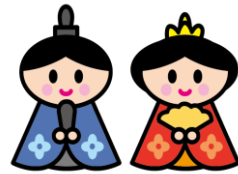
令和5年 3月
池田市立学校給食センター

今年度も残りわずかとなりました。この一年間で給食の準備や後片付けを協力しておこなったり、苦手な食べ物を一口だけでも食べられるようになった人もいるのではないでしょうか。残りの日々を大切に、友達や先生と楽しく元気に過ごしましょう。



ひな祭りは、子どもの成長と幸せを願う行事です。節分などと同じ五節句の一つで、「上巳(じょうし)の節句」が起源です。この季節に咲く桃の花にちなんで「桃の節句」ともいいます。桃の花やひな人形を飾り、さまざまな願いを込めた料理やお菓子を食べて厄を払います。

ひな祭り の行事食



3日(金)は、ひな祭り献立です。
つくね汁、白身魚の磯辺揚げ、
卵入りセルフちらしずし、
ひなあられが登場します！

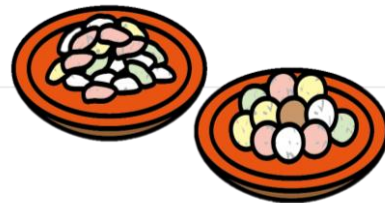
ちらし寿司

平安時代に、お祝い事で食べられていた「なれ寿司」という料理が、ちらし寿司になったと言われています。ちらし寿司には、縁起がいいとされている、海老やれんこんなどの食材が使われています。



ひなあられ

関西地方では丸形のあられ、関東地方では米粒形のポン菓子と、味や形が異なります。春夏秋冬を表す「桃・緑・黄・白」の4つの色が付けられているのが特徴です。



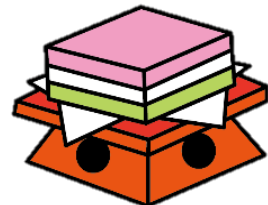
はまぐりのお吸い物

はまぐりの貝殻は対になっていて、他の貝と合うことはありません。必ずぴったりと合うため「将来、相手と幸せになれるように」という願いを込めて食べられます。



ひしもち

厄を払うとされる「よもぎ」入りの草餅をひし形にしたのが始まりとされています。春の景色を表す「桃・白・緑」の3色が使われることが多いですが、地域によって色や形はさまざまです。



日ごろの食生活を振り返ろう！



3月は一年間のまとめです。この機会に、給食時間や日頃の食生活について、振り返ってみましょう。

食事前は、手をきれいに洗えていますか？

朝食を毎日欠かさず食べていますか？

食事は、よく噛んで食べていますか？

おやつは決まった時間に量を決めて食べていますか？

苦手な食べ物も一口は、食べていますか？

毎日の食事を楽しんでいますか？

卒業生の皆さんへ



卒業生のみなさんは、小中学校の9年間で、約1500回の給食を食べたことになります。ランチポケットの給食、デリバリー給食、現給食センターの給食と、さまざまな給食を食べてきたみなさんにとって、思い出に残っている給食はありますか？この先も、「食事」の時間は続いていきます。給食を通して学んだことを思い出しながら、これからも健康で充実した毎日を送ってくださいね。

一年間ありがとうございました！

保護者のみなさま、今年度も給食運営へのご理解、ご協力ありがとうございました。来年度も、安全・安心な給食を提供できるよう、努めてまいりますので、どうぞよろしくお願い致します。



来年度の給食は4月13日(木)からです。
おはしなどの準備物を忘れないようにしましょう！

