

3月 給食だより



令和6年 3月
池田市立学校給食センター

今年度は、黙食ではなくクラスの友達や先生と楽しく話をしながら給食時間を過ごせるようになり、以前のような給食時間が少し戻ってきましたね。今年度も残りわずかとなりましたが、残りの日々を大切に、楽しく元気に過ごしましょう。

ひな祭り



ひな祭りは、子ども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。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。

4日(月)はひな祭り献立です！
たけのこのすまし汁、セルフ五目ずし、ひなあられが登場します。

ひな祭りの行事食

ちらし寿司

ちらし寿司には、縁起が良いとされる食材が使われています。海老は、腰が曲がるまで長生きできるように、れんこんは、たくさんの穴から将来が見通せるなどさまざまな意味や願いが込められています。



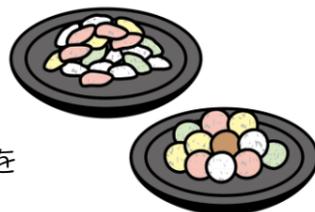
ひしもち

地域によって違いがありますが、「緑・白・桃」の3色の餅を重ねたものが定番です。これは雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲くという、春の様子を表現しています。また、緑色には健康、白色には清浄、桃色には魔除けの願いが込められています。



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ボン菓子と、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。ひなあられは、もとはひしもちを砕いて作られていました。



給食時間を
振り返ろう

「食育」チェックシート

3月は一年間のまとめです。この一年間を振り返り、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った</p>	<p>給食当番の身支度をきちんとできた</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>地産地消について知ることができた</p>	<p>行事食について知ることができた</p>	<p>栄養バランスのよい食事の組み合わせを知ることができた</p>



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。みなさんにとって、思い出に残っている給食はありましたか？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。

来年度の給食は4月12日(金)からです。
エフロン、バンダナ、マスクなどの準備物を忘れないようにしましょう！

