



学校給食・食育だより

3月号 No.527



今月の目標：1年間の給食をふり返ってみよう

卒業や進級など節目を迎える時期となりました。今年度の給食も残りわずかです。「準備や後片付けを協力してスムーズにできるようになった」「苦手な食べ物が食べられるようになった」「時間内に食べ終われるようになった」など、一人一人が成長しています。この1年間をふり返ると共に、残りの日々も給食をしっかりと食べて、元気に学校生活を送ってほしいです。

3月の給食には、ちらしずしなどの「ひなまつり献立」や「卒業進級お祝い献立」、新料理の「けい肉のレモンソテー」が登場します。

3/3 ひな祭り



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。現在のようにひな人形を飾るようになったのは江戸時代のことで、もとは人形を身代わりにして邪気をはらう「流しびな」が起源となっています。



行事食として、「ちらしずし」「はまぐりの吸い物」、「ひしもち」「ひなあられ」などを食べます。

「ひしもち」は地域によって違いが見られますが、「緑・白・桃」の3色のもち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。ひなあられは、もとはひしもちを砕いて作られていたのです。



<今月の神戸市内産予定>

- ◆神戸市内産米使用
- ◆キャベツ・チンゲンサイ・こまつな・ほうれんそう・にんじんはこうべ旬菜・神戸市内産野菜を使用



ホームページに「食材の産地情報」「放射性物質検査結果」を掲載しています。

神戸市学校給食

検索

「食育」チェックシート

この1年間の給食時間や日ごろの食生活をふり返り、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>給食当番の身支度がきちんとできた</p> | <p>食事のあいさつを心をこめて言えた</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分かった</p> |



給食は、「心と体の栄養になるように」「おいしく安心して食べられるように」など、たくさんの思いをこめて作っています。みなさんは、給食を通してどのようなことを学んででしょうか。

