



食育だより



3月の給食目標

給食の反省をしよう

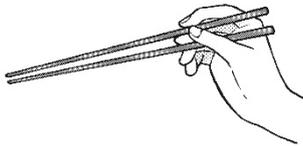
今年度も残りわずかとなりました。あとひと月もすると、みなさんは進級・卒業ですね。この1年間、給食を通して学んだことをふり返ってみましょう。



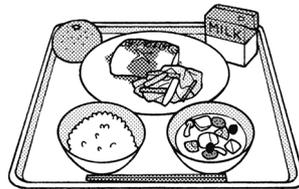
～1年間の給食をふり返ろう！マナーを守って食べましたか？～

給食はおなかを満たす食事というだけでなく、栄養バランスのとれた献立や食事のマナー、郷土料理や食品の種類などについて学ぶことができます。この1年間、給食で学んだことをふり返ってみましょう。

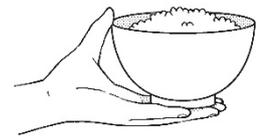
はしを正しく持って食べた



食器を正しく並べられた



茶わんや汁わんは
手に持って食べた



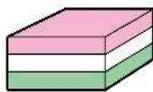
ひじをつかず
よい姿勢で食べた



よくかんで
たべることができた



食事中は出歩かなかった



☆ 3月3日はひなまつり ☆



3月3日は「ひな祭り」です。桃の花がきれいに咲くことから「桃の節句」とも言います。女の子の幸せと成長を願い、ひな人形を飾り、桃の花など色とりどりのものをお供えし、ちらし寿司やうしお汁などのごちそうを食べてお祝いします。

- ちらし寿司 …縁起の良い食べ物（えびやれんこん等）を使い、将来の健康と幸せを願います。
- うしお汁 …はまぐりが入ったお吸い物。はまぐりの貝がらは、同じ貝としかぴったり合わないことから、「良い相手に恵まれ幸せになれるように」とお吸い物などに入れ、祝い膳で食べるようになりました。
- ひなあられ・ひしもち …ひしもちの赤は桃の花の色で魔よけ、白は雪の色で清らかさ、緑は大地を表します。ひなあられは、四季の色を表すとも言われ、どちらも健康を願うとされています。