

ことし いちねんかん きゅうしよく

今年1年間の給食をふりかえろう！

1年間ありがとうございました！



この一年で子供たちも心身ともに大きく成長し、一段とたくましくなった様にうかがえます。日々の給食を通して、サポートできていたら幸いです。今月は卒業や進級を迎える児童の皆さんに、応援やお祝いの気持ちを込めて、給食を提供してまいります。



給食時間を
振り返ろう

「食育」チェックシート

この一年の給食時間を振り返り、できたことに○をつけましょう。

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

○の数が…

7～9個

4～6個

1～3個

0個

○を付けてみましょう



3/3 まつ 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、江戸時代のことです。元は人形を身代わりにして邪気を払う「流しびな」が起源とされています。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、華やかな食べ物が並びます。



ひしもちの意味

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、桃の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ます。



行事食



【ちらしずし】

上巳の節句のおはらいのために野外でいろいろな食材を彩りよく、酢飯に混ぜて食べたのが始まりといわれ、各地の産物が使われます。押しずしの地域もあります。



【うしお汁】

はまぐりの貝殻が対のものと意外とは決して合わないことから、夫婦和合の象徴とされて、はまぐりのうしお汁として女の子の祝いのごちそうに使われました。



けつ きゅうしよしつ

3/3(月)給食室のようす



卒業おめでとうございます

健康な心と体は、毎日の食事の積み重ねです。今食べている食事は、『未来への自分』をつくるための重要な土台となります。命を繋いで生きること、多くの人の支えがあって食べることが出来ることに感謝の気持ちを忘れないでください。



★給食食材の放射性物質検査を行っています。

2月27日に使用したにんじんで放射性物質検査をしました。

結果は放射性セシウム、放射性ヨウ素ともに下限値未満でした。他校の結果とともに市のホームページにも掲載されています。

(<http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/oshirase/19078/022470.html>)

★宇都宮市の学校給食で提供されている給食献立が掲載されています。

クックパッド公式キッチン 名称「宇都宮市学校給食のキッチン」(<http://cookpad.com/kitchen/14312506>)

