



こめっこ

～ 学校給食だより～



令和3年(2021年)3月号

今年度も残すところ、あとひと月になりました。残りの日々を大切に、楽しい給食時間を過ごしてほしいと思います。さて、3月は卒業や進級に向けて1年間のまとめをする月です。この1年間の食生活を振り返るとともに、自分自身の健康について考えてみましょう。

1年間の給食を振り返りましょう!

「新しい生活様式」バージョン

□にチェックをいれてね!

<p>給食の前にしっかりと手洗ができた。</p>	<p>手を洗うときや、給食を準備するときなど、前の人と間をあけて並べた。</p>	<p>給食当番のときに、身じたくがきちんとできた。</p>
<p>食べるとき以外、マスクをしていた。</p>	<p>「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつがきちんとできた。</p>	<p>前を向いて、静かに食べることができた。</p>
<p>よくかんで味わって食べることができた。</p>	<p>自分に必要な量を意識して、なるべく残さず食べることができた。</p>	<p>給食をとおして、感謝する心がもてた。</p>

ひな祭り と 行事食



ひな祭りは、子ども達の健やかな成長と幸せを願う日です。ひな人形や桃の花を飾り、旬の食材を使ったちらし寿司やはまぐりの潮汁、ひしもち、ひなあられなどを食べてお祝いします。給食では3月3日に卒業お祝いと一緒にひな祭りもお祝いします。



縁起の良いえびやれんこんが使われていることが多い。

ちらし寿司

地域によって味や材料が違う。ピンク、緑、黄色、白の4色のあられは春夏秋冬を表している。



ひなあられ



ひしもち

赤桃の花白緑のもちを重ねています。赤＝桃の花(魔除け) 白＝地の残雪(浄化) 緑＝雪の下に芽吹く新緑(健康)

良縁に巡り会え、仲睦まじく暮らせるようにと願いが込められている。



はまぐりの潮汁

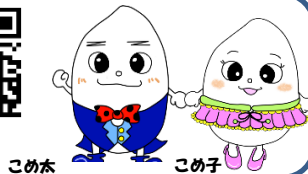


白酒

ひな祭りの歌にも出てくる白酒は日本酒の一種。アルコールのない甘酒とは違う。厄除けの意味がある。

ホットライン給食

●日々の給食写真や人気メニューのレシピを
(一財)米子市学校給食会のHPでご覧になれます。



3月の こめっこ献立

アイデアたっさんの素敵な「こめっこ献立」が2品登場します。お楽しみに★

3/12(金)

「ふるさととろっとグラタン」
車尾小 6年 山本 一華さん
彦名小 4年 篠崎 徳郁さん

3/17(水)

「さけの白ねぎみそ焼」
明道小 6年 磯貝 実黎さん
村上 結衣さん
和田小 6年 渡辺 星翔さん 他1名