



2022年
(令和4年)
3月
長尾小学校

あさばん ひ こ 朝晩の冷え込みがだんだんとやわらぎ、ひ ざ あたた はる おとず かん 日差しの温かさに春の訪れを感じます。

いよいよ、今年度最後の月になりました。同じクラスの友だちと一緒に過ごすことができるのもあと少しです。自分自身の食生活や給食を通して学んだこと、できるようになったことを振り返り、あた ら がくねん そな 新たな学年に備えてください。また、6年生の皆さんは小学校最後の給食時間を大切に過ごしてください。



ねんかん しょくせいかつ ふ かえ 1年間の食生活を振り返ってみましょう

ねんかん じぶん しょくせいかつ
1年間の自分の食生活はどうでしたか?できたものにをつけてみましょう。

- 毎日朝ごはんを食べることができた
- おやつは時間と量を考へて食べることができた
- 苦手な食べものも食べることができた
- 『いただきます』『ごちそうさまでした』のあいさつができた
- 味わいながら楽しく食事ができた

がついていないところを
4月からの目標にしましょう。

いっしょう けんこう せいかつ おく 一生にわたって健康な生活を送るためには、子どもころからの食生活も大きく影響してきます。
きゅうしょく とお まな 給食を通して学んだことをいかして、これからも『食べるこゝろ』を大切にしてくださいね。



つくだに のりの佃煮(3月10日(木))

ざいりょう にんぶん 材料 (5人分)

や 焼きのり	ぜんけい まいはん 全形で2枚半
あじつ (味付きでないもの)	
こいくちしょうゆ	こ 小さじ1と1/2
みりん	こ 小さじ2
さけ 酒	こ 小さじ1
さとう	こ 小さじ1
みず 水	50ml

つく かた 《作り方》

- ① 焼きのりを手で小さく千切っておく。(ばらのりはそのまま
でよい)
- ② 温める前のフライパンに全ての材料を入れてしっかりと
じませる。
- ③ 弱火で全体を混ぜながら、水分がある程度飛ぶまで
加熱する。

にんき こんだて 人気のある献立のひとつ、『のりのつくだに』です。
おいしいのはもちろん、家でも簡単につくることができ
るのも魅力ですね。

※給食の量を基準にしていますので、
ご家庭で調理する時は調整してください。

ひなまつりクイズ

ただ正しいのはどっち?

3月3日、ひなまつりについてのクイズです。AとB、どちらが正しいのか考えて、正しい方を○で囲みましょう。



Q1

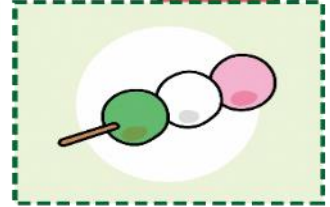
ひなまつりにお供えするおもちの形はどっち?



A



B



Q2

おもちは、赤(ピンク)・白・緑の3色で作られることが多いですが、何を表している?



A



B



Q3

ひなあられは、おもちに何からできている?



A



B



Q4

ひなまつり料理の汁物に使われるハマグリ、漢字で書くとどっち?



A



B



Q5

ひなまつりに食べられる料理には、どんな願いがこめられている?



A



B



- Q1=A(ひし形に切った三段の「ひしもち」をお供えする)
- Q2=A(雪(白)の下に新芽(緑)が出て、桃の花(赤)が咲いているという春の風景)
- Q3=B(うるち米を爆ぜて作るポン菓子や、もち米から作る丸いあられなどがある)
- Q4=A(2枚の貝がらがぴったり合うハマグリは、仲の良い夫婦を表す。Bはシジミと読む)
- Q5=B(特に女の子の健康や成長を願って、ちらしずしなどの料理が作られる)

今年度もありがとうございました!!

春休みも規則正しく生活しましょう。新年度が始まるまでに給食エプロンやぼうしの補修をするなど、準備を整えておきましょう。

新年度の給食は4月12日(火)からです。(新1年生は4月15日(金))

