



きゅうしょくだより

令和6年3月
小倉小学校

※おうちの人といっしょに読みましょう。

日に日に暖かく春らしい季節になってきます。いよいよ今の学年で過ごす最後の月になりました。この1年間を振り返ってみて、給食時間の過ごし方や毎日の食事の仕方などはいかがでしたか。よかったところはそのまま継続し、足りなかったことは気をつけながら今年度最後の給食を楽しく美味しく味わって食べましょう。

3/3 ひな祭り



ひしもち

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」が起源とされます。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。



はまぐりの
お吸い物



ちらしずし



ひなあられ



肉ボール チーズクリームソース

～給食のこんだて(3/14)より～

材料(5人分)

- 肉ボール(タレなし肉団子)・・・200g
- たまねぎ(うす切り)・・・80g
- パセリ(みじん切り)・・・少々
- マッシュルーム(うす切り)・・・10g
- 生クリーム・・・15g
- 牛乳・・・20g
- 粉チーズ・・・5g
- 塩・・・1g
- こしょう・・・少々
- オリーブ油・・・適量
- 水・・・10cc

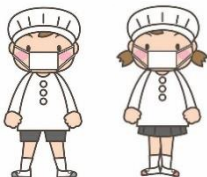
《作り方》

- ①肉ボールを蒸す。またはオーブンで焼く。
- ②フライパンに油を入れて熱し、玉葱、マッシュルームを炒め、塩、こしょうを入れる。
- ③牛乳、生クリーム、粉チーズを入れて混ぜ、パセリを入れてソースを仕上げる。
- ④①の肉ボールと④のソースを和えてできあがり。

※給食の量を基準にしていますので、
家庭で調理する時は調整してください。

新年度の給食は4月10日(水)からです。

給食エプロンやぼうしが破れたりゴムがゆるんだりしていませんか？
新年度が始まるまでに準備を整えておきましょう。



「食育」チェックシート

この1年の給食時間を振り返り、できたことに○を付けましょう。



<p>給食の前^{まえ}に手^てを^をきれいに洗^{あら}えた</p>	<p>給食^{きゅうしょく}当番^{とうばん}の身支度^{みじたく}をきちん^{きちん}とでき^{でき}た</p>	<p>食事^{しょくじ}のあいさつ^{あいさつ}をこころ^{こころ}を込^こめて言^いえた</p> <p>いただきます</p>
<p>食器^{しょくき}を正^{ただ}しく並^{なら}べることができ^{でき}た</p>	<p>お箸^{はし}を正^{ただ}しく持^もち、上^{じょうず}手に使^{つか}うことができ^{でき}た</p>	<p>よくか^{あじ}んで味^{あじ}わって食^たべることができ^{でき}た</p>
<p>地域の産物^{ちいき}や食文化^{さんぶつ}を知^しることができ^{でき}た</p>	<p>日本の伝統行事^{にほん}と行事食^{でんとうぎょうじ}について知^しることができ^{でき}た</p>	<p>バランス^{ばらんす}のよい食事^{しょくじ}の組^くみ合わせ^あわせがわか^{わか}った</p>

ご卒業おめでとうございます



「食べる」というのは、動物や植物など、いろいろな生き物の命をいただくことです。その命をつないで、私たちは「生きる」ことができます。また、多くの人の支えがあって「食べる」ことができています。これからも感謝の気持ちを忘れずに、「食べる」ことを大切にしてください。