

令和6年(2024年)



給食だより 3月



天水学校給食センター

今月の給食目標は、
「一年間の反省をしよう！」

今年度もあと一月で終わりです。
一年間の給食時間の過ごし方や食事の仕方をふり返り、
今年度最後の給食まで楽しく過ごしましょう！

この一年間の給食や食生活をふり返ってみよう *できたことに○を付けましょう。



できるようになったこと、よくできていることは、これからも続けていきましょう。
できていないことは、どうしたらできるようになるか考えてみましょう。



※3月3日※「ひなまつり」※

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。行事のときに食べられる食事として、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、華やかな食べものが並びます。



↑はまぐりのお吸い物

ちらしずし↓



ひしもち↑



ひなあられ

ひしもちの意味

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。

緑色：健康、白色：清浄（清らかでけがれのない）、桃色：魔よけの願いが込められています。

ふるさとくまさんデー紹介 今月は、12日(火)です。

今月の地域は、「阿蘇」です！
「高菜ごはん」



高菜ごはんは、阿蘇の郷土料理のひとつです。

阿蘇の高菜は、代々阿蘇地方で受け継がれ栽培されてきた阿蘇にしかないものです。10月に種をまき、厳しい高冷地の冬を超えた3月下旬ごろ、くきが伸びたところを一本一本手で折って収穫します。

高菜漬けには、高菜を塩に2日ほど漬けた「新漬け」と高菜を塩・ウコンで漬け込み、4~5ヶ月発酵して山吹色になった「古漬け」があります。高菜めしは、もともと古くなった古漬けを利用する生活の知恵だそうです。

ご卒業おめでとうございます

卒業と進学を目の前に控えたみなさんは、寂しさと同時に、新しい生活への期待に胸をふくらませていることと思います。成長するにつれ、自分自身で食べるものを選んだり、料理を作ったりする機会が増えていきます。ですが、健康な心と体は毎日の食事の積み重ねによってつくられます。今までに学んだことや給食を参考に、食べることを大切にしてほしいと願っています。

