

給食だより



平成30年3月 志木第二中学校

日に日に春の訪れが感じられるようになりました。早いもので学年最後の月です。今年度はどんな1年でしたか。また、卒業生にとっては、次のステージに向かって羽ばたく準備をするときです。学校での残り少ない日々を良い思い出でいっぱいにしてください。



ひなまつり

3月3日はひなまつりです。

ひなまつりは、女の子の成長や幸せを願う行事で、「桃の節句(せっく)」ともいいます。もとは草や紙で作った人形で体をなでて災(わざわい)をうつし、それを川や海に流しておはらいをしたのが始まりといわれています。



ひなまつりのお供えとごちそう

『お供え』とは、『神様にささげるもの』という意味があります。日本では、節句に、その季節の食べ物や飲み物を神様にささげ、共に飲んだり 食べたりすることで『災いを払う』という儀式をおこなっていました。

ひしもち



桃色は“生命”、白は“雪の大地”、緑は“木々の芽ぶき”を表し、3色で「雪がとけて大地に草が芽生え、桃の花が咲く」ということを象徴(しょうちょう)しています。昔は病気や貧しさのために子どもが長く生きられることが少なく、色をつけるために薬草などを使うことで、子どもの健やかな成長を願ったそうです。

はまぐりの潮汁



冬から初春に旬を迎えるはまぐりは、潮干狩りでもとれる貝です。一対の貝がだけがぴったりと合い、他の貝がらとは形がけっして合わないことから、『大人になって、良い相手と出会えますように』という意味をこめて使われます。

ちらしずし



魚や貝、山菜など、様々な味をたくさん盛り込んだお寿司。季節の食べ物を盛り付けて、栄養たっぷりな旬の食べ物を食べて健康を願いましょう。

1年間を振り返ってみましょう(できた欄をチェックしてみましょう)

- 朝ごはんはしっかりと食べましたか？
- 食事の前の手洗いはしっかりとできましたか？
- 給食当番の仕事をきちんとできましたか？
- 食器やおぼん、箸などを大切に扱うことができましたか？
- 盛り付け表を確認して正しく配膳できましたか？
- よく噛んで食べられましたか？
- 良い姿勢で食べられましたか？
- 季節の食べ物や行事食を楽しめましたか？
- 栄養バランスを考え、好き嫌いをなく食べることができましたか？



できなかった箇所があった人は、できそうなことからチャレンジしてみましょう。

